MUJERES QUE FOLLAN

Adaia Teruel

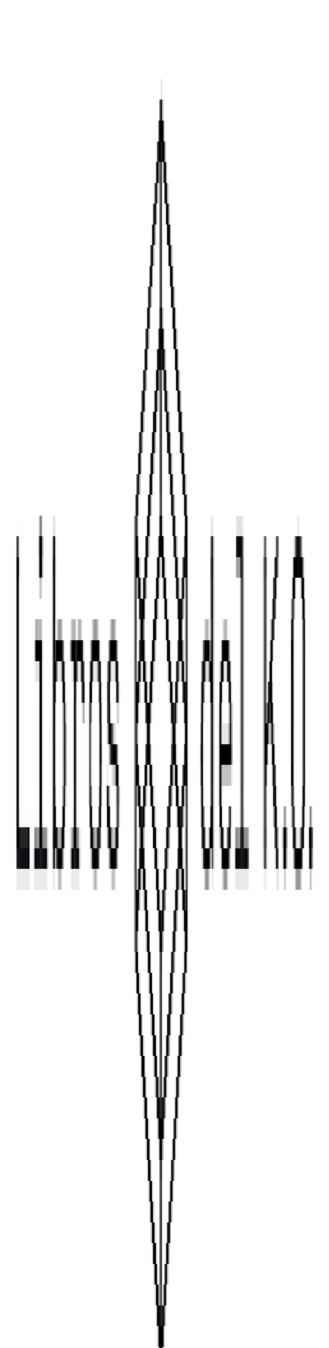
Historias de sexo real contadas por ellas

Libros del K.O.

Adaia Teruel

Mujeres que follan

Historias de sexo real contadas por ellas



PRIMERA EDICIÓN: junio de 2023

Calle San Bernardo 97-99, entresuelo 8
28015 Madrid

ISBN: 978-84-19119-35-3

CÓDIGO IBIC: DNJ, JHBK5
MAQUETACIÓN Y ARTES FINALES: María O'Shea
CORRECCIÓN: Zaida Gómez y Melina Grinberg



Para el Kalvo, que me sigue dando los mejores orgasmos

Nota de la autora

El día que el Kalvo cumplió cuarenta años le regalé un fin de semana en Berlín, los dos solos, en plan novios, como llaman nuestros hijos a las escapadas que hacemos sin ellos. Compré los billetes de avión y reservé el hotel, más allá de eso no planeé nada. Dio la casualidad de que unos días antes de irnos fui a comer con unos amigos y al comentarles nuestro destino exclamaron «tal y como sois vosotros, tenéis que ir al Kit Kat Club» y, claro, su aseveración me dejó intrigada. En cuanto llegué a casa abrí el ordenador. Internet me informó de que el Kit Kat Club era una de las discotecas liberales con más solera de Europa. No tenía ni idea de qué era una discoteca liberal, pero me moría de ganas por descubrirlo. Siempre me he considerado una persona sexual, pero en aquel club me di cuenta de que, en cuanto a sexualidad se refería, aún me quedaba un mundo entero por explorar. Entre idas y venidas a Berlín me acordé de unas palabras de Miley Cyrus, que en un programa de radio dijo que para las mujeres el sexo termina a los cuarenta. Estaba claro que no era mi caso. Empecé a preguntarme: «¿Soy una adicta al sexo? ¿Una guarra? ¿Una pervertida?».

A lo largo de la historia, las mujeres hemos sido educadas para mostrarnos respetables, recatadas y reacias a todo lo vinculado con el sexo. Los hombres nos han obligado a esconder el pelo bajo el sombrero y la piel bajo telas en forma de guantes, chales, corsés y medias. Encerrarnos tras los muros de las casas era —y en algunos lugares aún sigue siendo— una práctica común. Durante siglos nos han repetido que el sexo no es para las mujeres, que nosotras no sentimos placer, y mucho menos deseo. Si he escrito este libro es porque quiero saber cómo viven el sexo las mujeres de mi edad. Necesito saber si estoy loca o formo parte de una comunidad más grande.

El sexo nos acompaña a todos desde que nacemos. No solo eso, sino que lo vivimos de diferente modo a lo largo de los años. Y, contrariamente a lo que nuestra amiga Miley piensa, las mujeres experimentamos el mayor pico de deseo sexual cumplidos los cuarenta. Por eso me he pasado el último año entrevistando a mujeres de esta edad que viven en Barcelona. Porque todo influye a la hora de practicar sexo: la ciudad donde has nacido, el barrio donde te has criado, la familia de la que procedes, la clase a la que perteneces, la educación que has recibido, el colegio donde fuiste, tu círculo de amistades, tus primeras experiencias y, por descontado, tu carácter.

Este libro no es un estudio antropológico sobre sexualidad, tampoco una investigación periodística, en él no están representadas todas las mujeres ni todas las realidades. Este libro nace de una curiosidad personal, la mía. He escrito el libro que yo querría leer. Hablar con estas mujeres y escuchar sus historias no solo me ha servido para aprender sobre sexualidad femenina, sino también para reflexionar

sobre mis propios comportamientos a la hora de practicar sexo. Este no es solo un libro de entrevistas, tampoco un libro sobre sexo, lo que tienes entre tus manos es un compendio de historias vitales. Historias trágicas y cómicas. Deleznables y esperanzadoras. Emotivas e impactantes.

Estas mujeres me han dicho qué les gusta en la cama y cómo llegan al orgasmo, pero también me han contado sus inseguridades, han compartido conmigo sus miedos, sus fracasos, sus sueños y sus fantasías. Admitámoslo: el sexo nunca es solo sexo.

Cada persona es única y cada una de estas mujeres tiene su propia historia.

Mucha gente me preguntó dónde encontraba a mujeres dispuestas a hablar de sus intimidades, y lo cierto es que el proceso de escritura resultó muy curioso. Lo primero que hice fue entrevistar a amigas y conocidas; pero lo que empezó siendo un proyecto personal fue extendiéndose como una tela de araña porque una chica me hablaba de su amiga, que a la vez me pasaba el contacto de otra y de este modo acabé recibiendo mensajes en mi móvil de chicas desconocidas que querían participar. En una ocasión, estaba comiendo en un restaurante con un colega periodista, comentándole cómo me iba el trabajo y, de repente, la mujer sentada en la mesa de al lado se levantó, pagó la cuenta y me entregó un papelito. «Es imposible no escuchar tu conversación. El mundo no se ha enterado de que las mujeres hemos cambiado. Te paso mi número por si necesitas entrevistar a alguien más». Evidentemente, ella es una de las veintisiete mujeres que protagonizan estas páginas.

He intentado mantener al máximo la esencia de sus palabras y he obviado mis intervenciones porque quería que fuesen ellas mismas, con su propia voz, las que contaran su historia. Solo me he permitido usar ciertas licencias literarias y estilísticas para que la lectura sea fluida y natural.

Y aunque en un primer momento quise dividir el libro en partes para dotarlo de una estructura, vi que era una tontería. Clasificar la sexualidad en función del estado civil o las preferencias sexuales tiene el mismo sentido que hacerlo en función del color de pelo de las entrevistadas. Si de algo me ha servido entrevistar a estas mujeres es para darme cuenta de que no hay una única manera de practicar sexo, sino tantas sexualidades como personas.

El sexo es placer y el resto es norma.

Todas las historias de este libro pertenecen a mujeres reales a quienes he puesto nombres irreales. Mujeres como tu vecina, tu compañera de trabajo o la chica que te encuentras cada mañana en la parada del autobús.

Lo he hecho lo mejor que he sabido.

Este libro es para ti.

VERÓNICA

46 años, soltera, sin hijos

«El sexo con mi novio era muy normalito.
Y cuando la relación terminó descubrí el sexo
esporádico. Me dije: "¡Esto es lo mío!"».

Empecé a salir de fiesta muy joven, con trece o catorce años. En la discoteca los chicos me entraban un montón, pero siempre tuve cierto reparo con el tema del sexo. Podía llegar a casa a las diez, las once, las doce de la mañana. Y lo hacía con un consumo de alcohol extremo, pero, como mucho, cuatro besos y un magreo. Lo mío era salir con los colegas, bailar y beber; la fiesta era mi prioridad. Además, no quería que mi primera vez fuese con un desconocido. Pensaba: «No toca, no toca».

Me estrené cuando ya había cumplido los veintiuno. Y fue curioso porque me olvidé de que tenía la regla ¡y llevaba puesto un tampón! Me puse tan nerviosa… Entonces no sabía que podía meterme el dedo y sacármelo yo misma y acabamos los dos yendo a urgencias. A pesar de esto, el recuerdo que guardo es bonito. Fue con un chico que me gustaba mucho, con el que ya llevaba un tiempo saliendo. Al día siguiente me desperté en su habitación, con su madre rondando por el pasillo. En esa época esto no era común, pero él me dijo: «Tranquila, en mi casa somos muy liberales». Así fue mi primera vez: directa a urgencias a que me sacaran el támpax y desayunando con la madre del tipo que me había desvirgado.

Con quien aprendí de verdad sobre sexo fue con el siguiente: un hombre casado con el que estuve saliendo bastante tiempo. Todo lo que sé me lo enseñó él. Era atractivo, divertido y un follador. Un *bon vivant*, vaya. Recuerdo que vivía en un edificio de l'Eixample, que tenía la estrella de La Caixa en la azotea. Subíamos y lo hacíamos allí arriba, con los coches diminutos circulando abajo como si fuesen de juguete.

Tengo cuarenta y seis años y no he perdido la libido. Supongo que si fuera una persona más sexual, estando soltera como estoy, estaría todo el día follando; no lo hago. Creo que es un tema más mental que físico. Porque cuando no practicas sexo a menudo, al final te olvidas. Lo mío es el sexo esporádico de una sola noche, pero no me esfuerzo en tener relaciones sexuales. Cuando tengo ganas me lo hago yo sola y punto pelota. La verdad es que siempre he buscado la satisfacción por mi cuenta, masturbándome. No sé cuándo empecé a hacerlo, pero tengo esta imagen en mi cabeza: yo de pequeña jugueteando con el agua de la ducha y mi madre llamando a la puerta y gritando: «¡Nena, sal ya!». Era escandaloso.

Enseguida descubrí el porno. Lo hice a través de ciertas películas eróticas que me ponían muy cachonda. Habré visto *Calígula* más de diez veces. De ahí pasé al Canal +. El viernes por la mañana ya sabía qué pelis daban por la noche. Me he pajeado

un montón viendo el porno del Canal +. También recuerdo ver las televisiones locales a las tantas de la madrugada; ponían anuncios de sexo telefónico. Salía una tía medio desnuda, insinuándose y diciendo guarradas tipo: «Te voy a follar, dime qué te gusta». No me hacía falta ni llamar, con la estimulación visual me bastaba. Me hacía unas pajas que no veas.

Recuerdo que por aquella época iba a la verdulería a comprar frutas y hortalizas. Después ya fui directamente al *sex shop*. Entonces las chicas apenas iban. Los *sex shops* tenían los cristales oscuros y entrar allí era como entrar en una sala X. Ahora vas y son tiendas supercuquis. En casa tengo mil aparatos con los que me divierto. Y el Satisfyer, por supuesto. Es muy cómodo porque te da un orgasmo rápido. Siempre lo tengo en el sofá, cargándose. Ahora lo he guardado en el armario porque venías tú a entrevistarme.

Cuando me masturbo siempre llego al orgasmo, con el coito, si no hay previos, me resulta más difícil. También te diré que he tenido polvos espectaculares sin tener ningún orgasmo. Aunque reconozco que he fingido infinidad de veces. Sobre todo, para no herir el ego de la otra persona. Fingía incluso con mi novio, porque si no aquello era un desastre. Lo quería muchísimo, no quería herirlo. Con los polvos esporádicos lo hago para terminar antes.

También he tenido sexo de una noche que ha sido fantástico, aunque ocurre menos. La primera vez que practiqué sexo anal fue con un chico que acababa de conocer y fue una experiencia brutal. Me dijo: «Vas a flipar». Y, sí, flipé. Me lo hizo superbién. Ni me di cuenta de que me la estaba metiendo por el culo. «¡Pero esto qué es!», pensé. Muchos lo habían intentado antes y casi siempre era del palo: «¿Dónde vas, chaval?». No lo había conseguido ni mi novio. En cambio, no sé cómo lo hizo este tío que, cuando me di cuenta, ya la tenía dentro. Muy fuerte. En general, el sexo de una noche con alguien a quien acabas de conocer es más complicado. Son otras circunstancias. No estás ahí para conocerte. Vas a lo que vas. Y sabes que no volverás a verlo. Te lo tienes que currar más para que funcione y lo normal es que los tíos vayan a saco. De hecho, con los únicos tíos con los que he repetido han sido con aquellos que he tenido una primera vez espectacular. Lo cierto es que he estado diferentes periodos de mi vida sin tener sexo con otras personas porque repetir con alguien me cuesta una barbaridad. En los últimos cuatro meses, por ejemplo, me he acostado con cuatro tíos distintos. Supongo que me da miedo tener una relación, por eso no repito nunca con el mismo chico.

La verdad es que cuando practico sexo, ya sea bueno o malo, al día siguiente me siento espléndida. Se me queda la puta sonrisa pegada a la boca, veo la vida de otra manera. Lo que ayer me hundía en la puta mierda, tras practicar sexo, lo relativizo. Muchas veces me pregunto a mí misma: «¿Por qué no lo practicas más, joder?». No sé por qué me pongo esta barrera. He empezado a plantearme si no habrá algo ahí escondido, algo que no está curado.

¿Sabes qué me ha pasado a mí? En el pasado, cuando he estado en pareja, me he mimetizado con el otro y he perdido mi esencia. De los treinta a los treinta y cinco estuve emparejada. El sexo con mi novio era muy normalito. Si echo la vista atrás, me doy cuenta de que mi vida sexual tuvo un punto de inflexión cuando lo dejé con él, a los treinta y cinco. Es la única relación larga que he tenido. Y cuando la relación

terminó fue como una explosión: descubrí el sexo esporádico. Me dije: «¡Esto es lo mío!». No sé si con la edad me he vuelto más guarra o qué, pero ahora no tengo vergüenza ninguna. Antes de estar con él solo follaba con hombres casados o emparejados. Era un sexo buenísimo porque lo prohibido aporta un plus de morbo. Así que, tanto para mí como para ellos, era superexcitante. No necesitaba que se enamorasen de mí. Solo buscaba sexo.

No recuerdo haber hablado de sexo con mis padres jamás. Con mis amigos, en cambio, comentamos nuestros ligues sin problema. A mí no me da pudor contar mis intimidades. De hecho, tengo un chat de pollas con un grupo de colegas. Siempre estamos comentando la preciosidad de una polla. Por eso cuando nos encontramos con una que es bonita la compartimos. Cuesta lo suyo, no te creas. Yo me he encontrado cada una… Estuve con un tío que la tenía como mi brazo, pero torcida por la punta. Ese chaval me reventó. Me petó una vena. Aquello empezó a sangrar que no veas. Era un tío hipersexual, y a mí me encantaba. Me tocaba en cualquier zona del cuerpo y me encendía. Pero a la hora de la penetración había que buscar la postura adecuada, porque entre que la tenía enorme y torcida, imagínate. He de decir que soy de las que va por la calle mirando paquete. Veo a un tío y se me va la vista. Estoy trabajando y me sorprendo a mí misma mirando el paquete de mi jefe, el de mi compañero. Miro mucho paquete yo.

A mí me gusta sentir un buen rabo dentro. Evidentemente, si el pavo tiene arte, sabe dónde tocarte y cómo estimularte para hacerte disfrutar, no es indispensable que tenga un gran miembro. Pero reconozco que, a priori, el tamaño me importa porque la penetración me encanta. Me he encontrado con pollones para flipar, que luego me ha dolido; no me importa. La sensación de pasar los dos siguientes días escocida, de ir al baño y que me duela hasta hacer pis, me pone cachonda. Aunque no tenga el rabo ahí casi puedo notarlo, y esa sensación me mola. Más de una vez me ha pasado de encontrarme con alguien que tiene un pene pequeño y ahí ha terminado todo. «Lo siento, chaval, pero te tienes que ir». Y ellos: «¿Pero cómo? ¿Ahora?». Y yo: «Sí, sí. Lo siento». Antes tenía muy poca delicadeza. Ahora intento decir lo mismo, pero de otro modo.

Acostumbro a liarme con chicos bastante más jóvenes que yo y suelen ser más torpes. No se puede generalizar, pero esta es mi experiencia. Me gustan los jóvenes porque sé que será solo un polvo de una noche. No tengo ningún tipo de interés en ellos más allá del sexo. No tenemos afinidad ni responsabilidad ni compromiso. Es atracción física pura y dura. Y la fuerza, no lo olvidemos. La fuerza es una cosa que me vuelve loca. Los jóvenes te elevan, te cuelgan, te colocan así y asá sin esfuerzo; eso me mola mucho. En la cama me gusta ser una puta muñeca. Que me empotren contra la pared, contra la encimera, que me giren y me la metan. Nada de dolor físico, eso no lo tolero. Pero la sensación de estar a merced del otro me pone, lo reconozco. También juego mucho con ellos porque me motiva llevar la voz cantante. Los he atado a la cama y esas cosas, pero cuando el pavo domina la situación me pongo supercachonda. No podría estar con un timorato.

He estado con tíos que dicen auténticas guarradas. Lo típico: eres una puta, te voy a dar… Ni me estimula ni me ofende. Una vez tuve un follamigo y la primera vez que lo hicimos empezó «ahora te haré esto y lo otro». Me puse muy cachonda, pero

cuando es diario, para mí pierde la gracia. No soy de hablar. Lo máximo que hago es dirigirles. Porque si un pavo me masturba y me va a dejar el clítoris escocido, como que no. Y cuando me lo comen tengo tendencia a moverles la cabeza como si se tratase de un joystick. Espérate que ya te coloco, por aquí, por allí. Más allá de eso no le voy a decir explícitamente nada. ¿Para qué?

Puedo follar en silencio sin problema. Eso sí: soy la reina del sexo exhibicionista. Es lo que más me pone, con diferencia. No es que quiera que me vean, pero el riesgo de hacerlo en un lugar público donde podrían pillarme, me excita. He follado en la calle, en portales, en párquines, entre dos coches, en los lavabos de bares y en discotecas. También he tenido sexo en la playa, a plena luz del día. Por ejemplo, masturbarme aquí, en el sofá de mi casa, con la ventana abierta, sabiendo que allí enfrente hay una persona que puede verme me pone supercachonda. Digamos que, en general, me pone el exterior. El otro día salí a caminar por la montaña. Estaba sola y empezó a llover. De camino a casa me crucé con dos pavos que se me quedaron mirando y comencé a fantasear. «Que me pillan, me someten, me follan». Aquello empezó a hincharse que no veas. Hacía tiempo que no me pasaba. Fue llegar a casa, entrar en la ducha y hacerme una paja; estaba como una perra. Y sé que todo fue a causa del exterior sumado a la fantasía que me monté en mi cabeza. Me pasa lo mismo en el jacuzzi del gimnasio. Me pongo justo donde sale el chorro de agua, y solo el hecho de saber que me estoy tocando con gente allí al lado… me pone que no veas.

Recuerdo una vez que fui a esquiar, también sola. Era entre semana y había muy poca gente. Me monté en el telearrastre y, entre que la naturaleza me excita y que el palo ese iba rozándome, me puse cachondísima. ¿Sabes cuándo se te va la cabeza y empiezas a tener pensamientos de todo tipo? Pues eso. Subí y bajé y volví a subir. Aquello tenía que acabar. Terminé empapada. Fue de esas corridas que haces chof. Llevaba los pantalones de esquiar de mi hermana y pensaba: «Cuando llegue a casa los tengo que lavar». Corridas exteriores he tenido unas cuantas. Y en el trabajo también me he masturbado varias veces, no solo en el baño, sino en mi propia mesa.

Veo porno para masturbarme, pero me puedo correr tranquilamente con el *Pasapalabra* puesto en la televisión. Cuando miro porno es porque voy al grano. Luego están las fantasías. Solo yo con mi imaginación. Me excitan mucho las violaciones grupales. Está claro que no querría que algo así me sucediese en la vida, pero como fantasía… También te diré que alguna vez he buscado escenas de sexo duro en internet y luego no puedo verlas porque me causan rechazo. No me gusta ver cómo le hacen daño a la gente. Lo que sí me pone es ver a muchos hombres follando con una sola mujer. Porque, claro, me imagino que soy ella y me pongo como una moto. Puede ser sexo duro, pero consentido, ¿entiendes? Sin hostias, sin dolor. A veces también me ha excitado ver una lluvia dorada. Porque a mí el agua directa al clítoris siempre me ha puesto y si, además, le sumas que el pis es algo prohibido… Nunca lo he practicado. No sé si me pondría cachonda en la vida real.

Actualmente, lo que más busco son escenas de sexo en grupo, ya sea gangbang u orgías. Y, a poder ser, una chica sola que esté indefensa. Una tía a la que le vienen un montón de pavos de los que no puede escapar. Una tía borracha en una discoteca y ellos ventilándosela. Una tipa que entra en unos vestuarios masculinos y el equipo

entero se la folla. En este sentido, el discurso feminista no me va. Sé quién soy y hasta dónde voy a llegar. Punto. Mirar este tipo de porno no va a mermar mis principios. Es simple morbo y provocación. Me considero feminista, pero al mismo tiempo creo que el sexo y las fantasías deben estar libres de prejuicios. Por otro lado, entiendo el discurso de las feministas. Supongo que lo hacen por un tema educacional. Para que los adolescentes que ven porno por primera vez sepan que aquello no es real.

¿Sabes qué me pasó una vez estando en Almería? Me había ido sola de vacaciones. Estaba en la playa haciendo toples y, a mi lado, un tío bueno haciendo nudismo. Nos cruzamos las miradas. Entonces, recogí mis cosas para irme y él también empezó a vestirse. Yo había aparcado bastante lejos, imagínate, esas playas inmensas de Cabo de Gata. Me subí al coche y, al pasar frente a él, volvimos a mirarnos. El camino era de arena, con muchos baches, así que yo conducía superlenta. En un momento dado él me adelantó y me esperó al cabo de unos metros. Detuve mi coche y empezamos a hablar. Enseguida me preguntó: «¿Qué hacemos ahora?». Le dije que me siguiera. Fuimos a tomarnos una cerveza al bar que había debajo de mi apartamento. Entonces me preguntó si podía subir a ducharse. Evidentemente, fue subir y ponernos a follar. Así, a pleno día. Sin estar borrachos. Él tenía veintiocho años y era todo un follador. Pero, de repente, me dio una bofetada en toda la cara. «¿Qué coño estás haciendo?», le grité. «Perdona, creía que te iba a gustar», se disculpó. Para no cortar el rollo, seguí follando. Ahora bien, en cuanto terminamos se lo dije: «Que sepas que te voy a devolver la hostia que me acabas de dar». Y acto seguido le pegué un bofetón con la mano abierta. Le quedó la mejilla roja. «Lo entiendes, ¿verdad?», le dije después. Sé que él lo hizo sin querer. Follar con una tía que acabas de conocer da mucho morbo. El pavo estaba supercachondo y se emocionó. Y hasta ahí le respeto, pero se la devolví y me quedé tan a gusto. Todo esto que te cuento pasó en dos horas.

Solo me arrepiento de haber tenido sexo esporádico en situaciones en que iba muy borracha. Una de las peores fue saliendo del KGB, hace ya algunos años. Esa noche iba muy puesta y cuando cerraron la discoteca me llevé a un tío a casa. Al día siguiente, cuando abrí los ojos, vi cómo se vestía sigilosamente y se iba sin despedirse. Aquello me hundió. Y eso que yo he hecho lo mismo un millón de veces. Pero cuando me lo hicieron a mí me sentí fatal. No sabía su nombre, no tenía su teléfono. Solo me faltó levantarme de la cama y ver cómo estaba la casa, con preservativos tirados por el suelo de cualquier modo, para acabar de rayarme. Y yo, sin acordarme de nada de lo que había pasado entre nosotros. Espera, esto no es todo. Follamos un sábado. Pues el miércoles voy al baño y se me cae un preservativo del coño. No sabía si estaba embarazada, si había pillado alguna enfermedad de transmisión sexual y, como no tenía información de esa persona, no podía contactarlo. Fue muy chungo. Situaciones de estas he vivido unas cuantas. Porque el sexo que tengo es esporádico y suele darse cuando he bebido o he tomado algún tipo de droga. Y, claro, al día siguiente te viene el bajón. Dices: «Joder, ¿qué he hecho?». Sabes perfectamente que no está bien follar así, pero ya sea porque vas cachonda o porque estás desinhibida, tomas riesgos innecesarios.

Me encanta el sexo romántico, no creas. Hace poco tuve una cita, pero terminó de

un modo que no esperaba. Tenía ganas de estar con un hombre maduro. Pensaba que un hombre maduro se tomaría el tema del sexo de otra manera, y me apetecía probar. Fue un bluf. Nos conocimos a través de Tinder. No suelo usar aplicaciones para ligar, pero con la pandemia no me quedó más remedio. Era un hombre muy atractivo y lo invité a venir a casa. Nos pasamos tres horas hablando en el sofá. La comunicación era buena, coincidíamos en muchos aspectos, pero yo pensaba: «¿Aquí se folla o no se folla?». Porque yo había quedado para follar, joder. Él casi no bebía, yo me trinqué no sé cuántas botellas de cerveza. Recuerdo que iba descalza y que él empezó a masajearme los pies. Hablaba y me tocaba los pies, mientras yo me seguía preguntando: «¿Esto adónde va a llevar?». En otra circunstancia podría haber sido placentero, pero acababa de conocerlo y se me hizo raro. Entonces se estiró encima de mí, como si fuera un bebé, y yo le tocaba la cabeza como si fuera un niño pequeño. Nos dieron la una de la madrugada. Al final pensé: «¡Chico, si te vas a quedar dormido, yo también», y me tumbé a su lado. Ahí empezamos a liarnos. Debo decir que él besaba superbién. Me puso muy cachonda. Comencé a chupársela. Y como estoy acostumbrada a follar con jóvenes con rabos durísimos, me sorprendió encontrarme con una polla que estaba erecta, pero más flácida de lo habitual. La tocaba y estaba blanda. Me daba yuyu. Y espera, que no acaba aquí la cosa. Me siento encima, nos ponemos a follar y él, que ya está, que se ha corrido. Y yo: «¿Perdona?». Fue tal cual. Me la metió y se corrió. Yo no entendía nada. Si estaba flácida, ¿cómo pudo correrse? Luego me dijo que yo me había puesto muy salvaje. No me dio ninguna explicación más. Tampoco hizo ningún intento para terminarme de alguna manera. Me dije: «Vale, pues se acabó. Adiós».

Tengo ganas de encontrar a un hombre con experiencia. Quiero a alguien que tome las decisiones por mí. Alguien que me coja de la mano y me lleve adonde él quiera, que no me pida permiso. Alguien que se deje de tonterías, que me diga «ahora te voy a follar y vas a flipar». Alguien que se tome su tiempo, que se recree. Echo de menos el juego. Quitarme las bragas en mitad de un concierto y dárselas. Chupársela en un lugar público. Montarle algún tipo de show. Estas situaciones me encantan y si no tienes una pareja en quien confías, no lo haces. El sexo más entregado suele darse con gente que ya conoces.

SALOMÉ

41 años, separada, una hija

«En mi familia se respira el mismo ambiente que en *La casa de Bernarda Alba*. La honra de la mujer está por encima de todo».

Cuando pienso en sexo pienso en Pep. Es la primera vez en cuarenta y un años que consigo soltarme con un hombre. Siempre he estado muy reprimida y jamás he tenido un orgasmo. Antes de conocerlo creía que podía vivir sin sexo. Simplemente no tenía la necesidad, pero a raíz de separarme me he dado cuenta de lo importante que es conocerse a una misma. Verme en los ojos de otra persona y sentirme deseada me ha hecho conectar con mi feminidad.

Mi exmarido era un pésimo amante. Jamás me escribió un mensaje picante. Jamás me regaló un conjunto de ropa interior. Y jamás me echó un piropo. A su lado no me sentía guapa ni importante ni especial. Cuando Pep me dice que soy culta, atractiva y que lo pongo a mil se me suben los colores y me hace sentir la única mujer del mundo. Lo que experimento con él cuando tenemos sexo no lo he sentido con nadie.

He sido educada con la idea de que hay que llegar virgen al matrimonio. La virginidad es un regalo que la mujer le hace al marido. De pequeña me enseñaron que el sexo solo es válido si sirve para la reproducción. En mi familia se respira el mismo ambiente que en *La casa de Bernarda Alba*. La honra de la mujer está por encima de todo. ¿Y lo que yo quiero? ¿Acaso no cuenta? ¿Qué pasa con mis deseos? ¿Y mis necesidades?

Las mujeres hemos tenido que aguantar mucho. El honor de la familia recaía en nosotras. ¡Joder! Si me violaran yo no podría hacer nada. ¿Por qué las mujeres hemos de cargar con eso? Para mí hay un problema de base: a los niños se les deja ser niños y a las niñas no. De un lado nos visten como putas y del otro nos dicen «cuidado». Las mujeres nos pasamos el día recibiendo mensajes contradictorios acerca de nuestra sexualidad. Así acabamos todas: ¡piradas!

La primera vez que besé a un chico tenía quince años y cuando se lo comenté a mi hermana, que es dos años mayor, me gritó «¡puta!» en mitad de la calle. Y eso que nos habíamos dado cuatro morreos y él apenas me había rozado una teta. Dio la casualidad de que por aquella época en la escuela nos dieron una clase de sexualidad. Nos advirtieron de que aunque usaras preservativo, este podía fallar y tú quedarte embarazada; me acojoné. A partir de entonces puse mucha distancia con los chicos.

Tardé años en salir con otro y cuando lo hice seguía siendo incapaz de tocarle el pene. Me daba una vergüenza horrible, así que tampoco hicimos nada. Hasta que cumplí veinte años y conocí a Manuel, un hijo de puta, y perdí la virginidad. Fue una

experiencia peculiar, triste y lamentable. Si te digo la verdad no sé ni cómo ni cuándo ocurrió. Manuel era un maltratador psicológico. Estaba tan enamorada que no me di cuenta. Por suerte, al cabo de tres años me mudé a Barcelona y lo acabamos dejando. Creo que mi represión sexual es fruto de cómo me educaron y de esta primera mala experiencia, sin contar con que soy una obsesa del control. Según mi psicóloga solo consigo dejarme llevar cuando lloro. Y por eso lloro tanto.

Vine a Barcelona a estudiar, no a pasármelo bien. Mis amigas salían a emborracharse y a ligar, pero a mí este rollo no me va. Para una chica de provincias como yo, liarse con un chico la primera noche estaba muy mal visto. Así que me quedaba en casa. Si conseguí dejarlo con Manuel fue porque en Barcelona tenía a Markus. Encadené un noviazgo con el siguiente. Él y yo estuvimos juntos un año, pero nuestra relación era a distancia y, al final, también rompimos. Yo quería estar sola, pero entonces fue cuando conocí a mi exmarido.

Tenía veinticinco años. Mi ex es siete años mayor. Visto en retrospectiva creo que en él vi a una figura paternal. Entonces mi ex hacía deporte, pero al cabo de un tiempo dejó de cuidarse. Cuanto más aumentaba él de peso, más me bajaba a mí la libido. Lo hacíamos poco y cada año que pasaba iba a menos. Él estaba desesperado, pero después se acostumbró y ya no me lo pedía. Eso repercutió en nuestra relación, por supuesto. Pero es que en aquella época yo no le daba mucha importancia al sexo. Me he pasado años pensando «acaba de una puta vez, joder». Y eso que lo hacíamos una vez al mes, si llegaba. Mi hija tiene ocho años y nació de puro milagro. Después de tenerla mi marido se empinaba, pero al cabo de nada se le bajaba; era superdeprimente. Además, estaba obsesionado con que yo me corriese y eso aún aumentaba más la tensión entre nosotros. Cuanto más se obsesionaba él, más me costaba a mí. No estábamos muy allá cuando tuvimos a nuestra hija, pero la crianza nos separó aún más. Decidimos ir a terapia de pareja. La terapeuta nos recomendó un libro de masajes, nos dio ejercicios y nos aconsejó mimarnos el uno al otro. Nada funcionó. A partir de ahí empecé a ir yo sola. Y llegó un día en que le dije a mi psicóloga: «Si en cinco años las cosas en mi matrimonio continúan igual, me divorcio». Me separé antes. Mi ex y yo estuvimos los dos últimos años sin tocarnos. Teníamos una cama de metro cuarenta y dormíamos cada uno en un extremo, sin rozarnos.

Me casé por la Iglesia porque mi familia es conservadora y católica, pero llegó un momento en que dejé de creer y desistí de ir a misa. No me gustaba que el cura me dijese a quién tenía que votar o de qué largo debía ser mi falda. Aunque si te soy sincera, lo que más me molestaba de la Iglesia era ver cómo decían una cosa mientras hacían la contraria. Quiero coherencia. Sé que es imposible ser coherente al cien por cien, pero yo al menos lo intento.

En mi familia la religión pesa, aunque pesa más el qué dirán. Por eso, cuando les dije que me iba a separar, se lo tomaron fatal. A raíz de mi separación me peleé con mi padre. Él tiene debilidad por mi exmarido y se pone de su lado. A mí no me apoya, me juzga. Esto es el machismo. Solo tiene validez la voz del hombre. La opinión de las mujeres no cuenta. A pesar de haber estudiado, tener un buen trabajo y una vida ordenada mi padre me ve como una contestataria. De haberme drogado o haber tenido un hijo fuera del matrimonio, directamente, me habría echado de casa.

No me gusta mi cuerpo, y creo que es por él. De pequeña me decía que yo tenía la complexión de una guitarra española: culo gordo y cara de pan. Es que antes estaba más gordita. Pesaba sesenta kilos. Por eso siempre me ha dado mucho apuro desnudarme frente a alguien. Ni me gusta mi cuerpo ni me gusta ver cuerpos desnudos. A mí no me pidas que vaya a una playa nudista porque me muero de la vergüenza. Además, siempre he estado acomplejada por estar plana como una pared. También tengo serios problemas con mi tripa, pero esto me sirve para mantenerme delgada. En el momento en que me veo tripita como menos. No he sido conocedora de mi atractivo físico hasta hace relativamente poco. Antes de pedir el divorcio tuve un par de «incidentes» con dos chicos jóvenes. Los dos eran unos bebés, lo cual tiene más mérito porque gustarle a un bebé es más complicado que gustarle a uno de tu edad.

El primer incidente ocurrió durante la cena de Navidad de la empresa. Un chico de veintiún añitos empezó a coquetear conmigo y yo me dejé llevar. Acabamos la noche en mi oficina. El tío está como un tren: joven, deportista, guapo. ¡Y se lía conmigo! Aquel incidente me subió la autoestima en un momento en que la tenía por los suelos. Además me quitó mucha tontería de encima. Pensaba que después de hacerlo me sentiría culpable, pero no fue así.

A las mujeres de nuestra edad nos han educado para complacer al marido y para tener hijos. Yo misma me he pasado años cumpliendo con el deber marital. Vivir así es horroroso. Con mi ex no tuve que fingir orgasmos porque no sabía lo que son, pero lo hacía sin ganas porque se suponía que era lo que debía hacer. Es penoso que las mujeres tengamos que llegar a eso.

El segundo incidente fue premeditado, pero el chico tenía novia y lo dejamos ahí. Creo que lo que me enganchó fue el hecho de que me hiciera caso. Estaba tan reprimida, tenía tantas carencias emocionales y tanta necesidad de contacto físico con un hombre, que me dejé llevar.

En todo este tiempo mi marido veía que yo estaba mal, pero miraba hacia otro lado. Creo que no me preguntaba nada porque, en el fondo, no quería saber. Fue cumplir los cuarenta y empezar a hacer números para ver si podía separarme. Mi ex y yo hemos estado dieciséis años juntos, y no me arrepiento porque tengo una hija maravillosa. Aunque como pareja, solo estuvimos bien los cinco primeros. Echa las cuentas. Son muchos años compartiendo la vida con alguien con quien estás mal. Reconozco que tengo parte de culpa, porque siempre he tenido mucho miedo a estar sola. Hasta que un día me paré a pensar: «¿Qué le estoy enseñando a mi hija? ¿Este es el tipo de relación que quiero que tenga cuando sea mayor?». Fue entonces cuando decidí separarme, por mi hija y por mí. Lo he dicho en ese orden, aunque en realidad tenía que haberme puesto a mí en primer lugar. Porque para estar bien con ella, antes necesito estar bien conmigo misma. Es igual que en el avión: primero te pones la mascarilla y después ayudas a ponérsela a los demás.

En mi familia quieren que tome ansiolíticos porque según ellos estoy depre; no me da la gana. Mis problemas no se solucionarán tomando una pastilla. Sé perfectamente cuál era mi problema. Todos los ataques de ansiedad que he tenido estos últimos años me los causaba mi exmarido. A su lado sentía que me faltaba el aire. Así que «adiós marido» y problema solucionado.

Los años que han pasado no regresarán, pero ¿y los que me quedan por vivir? Quiero estar con alguien que me guste de verdad. Para estar casada y sentirme sola prefiero estar sola de verdad. Y me ha costado, que conste. He pasado muchos fines de semana en casa notando la zozobra en la boca del estómago. Sé que necesito aprender a estar sola, pero he conocido a otro hombre, me gusta mucho y no pienso dejarlo escapar. A veces las cosas vienen como vienen.

Tras la separación me abrí una cuenta en Tinder y otra en Facebook Parejas. Después de tantos años sin sexo necesitaba tener contacto físico con un hombre. Durante un tiempo suplí mi carencia de contacto físico con mi hija, que era un bebé, pero ahora había crecido. Chateé con varios hombres durante algunas semanas. Me bastó ver la foto de Pep y escucharle hablar para saber que era él. La conversación entre nosotros fluyó desde el primer momento, y se lo dije sin tapujos: «Hace mucho tiempo que no estoy con nadie». He llegado a una edad en que tonterías las justas. A partir de ahí, mensajes arriba y mensajes abajo junto con llamadas telefónicas interminables. Hasta que un día, él me propuso quedar. Yo quería ponerle cara. Así que le dije «tú pones la fecha y yo, el lugar». Me respondió lo siguiente:

> Todo empieza antes de la cita. Tú imagina cómo te preparas. Después de un baño espumoso con agua caliente, copa de vino en la mano, te encierras en el baño y empiezas el ritual. Quieres estar espléndida para la ocasión. Te depilas, hidratando la piel pensando en que soy yo quien te acaricia las piernas, el torso, el abdomen, los pechos. Continúas. Te pintas las uñas. Te quedan relucientes. Te has tomado tu tiempo. Te sientes guapa. Quieres y te lo mereces. La segunda parte es la elección de la ropa. Lo tienes bastante claro. Lo has meditado durante el baño. Lencería negra, un conjunto pensado y escogido para la ocasión. Sabes que me gustará. Te vistes con un vestido que te deja al descubierto tus medias negras y zapatos de tacón. Los complementos: un colgante y pendientes a conjunto. Sigues con el perfume que más te gusta, coges el bolso y sales de casa.

Puedes imaginarte cómo sigue. ¿Qué hice? Pasarle mi dirección y decirle que de la cena me encargaba yo. Ese mismo día fui a hacerme la manicura y la pedicura. No tenía ningún conjunto de ropa interior decente, así que me fui a comprar uno. Pasé horas decidiendo qué vestido ponerme. ¡Estaba histérica! Iba andando por la calle y sonreía sin venir a cuento. El día de nuestra cita bajé a la calle a buscarle. Lo primero que me dijo es que estaba nervioso. Así que nada más entrar en casa abrí una botella de vino y nos sentamos en el sofá. No sabía cómo de cerca ponerme. Entonces él me agarró por la cintura. No necesité más: decidí tirarme a la piscina. No me importaba que fuese solo una noche. Pensé: «Que me quiten lo bailao». Había preparado pollo con almendras para cenar. Nos lo comimos a las tres de la mañana.

Pep es un chico suelto e impulsivo que sabe lo que quiere. De repente, te agarra, te gira y te coloca como le apetece. Yo tengo muy poca experiencia. Puedo contar con los dedos de una mano las parejas sexuales que he tenido. Me controlo mucho y apenas gimo. No puedo evitarlo. Reconozco que me cuesta relajarme. Pep es el primer hombre que ha conseguido que me suelte. Con él he podido sacar mi verdadero yo. Antes me daba vergüenza mostrar ese lado mío. Tenía miedo del qué dirán. Pero con él no me importó lanzarme, y suerte que lo hice, porque al día

siguiente me fui a trabajar flotando. Y desde aquella primera noche hemos ido a pasear, a cenar, al teatro. Cada día me manda mil mensajes. Me da los buenos días y las buenas noches. Y después de cenar, hablamos hasta las tantas. Nuestra historia parece el argumento de una película romántica. Yo soy muy romántica. Me gusta ver pelis románticas y leer novelas románticas. Me encantan las historias que acaban bien y, a poder ser, en boda.

En este sentido, él y yo estamos en sintonía. Sus mensajes no son vulgares. Piensa que para mí es una novedad atreverme a escribir este tipo de cosas. Jamás lo había hecho. Me siento como una adolescente encerrada en el cuerpo de una mujer de cuarenta y un años. Estoy todo el día pensando en él. De repente, me vienen imágenes a la cabeza de nosotros dos y me sonrojo. Siento mariposas en la tripa. ¡Estoy enamorada!

Aunque al mismo tiempo, mi cabeza de cuarenta años piensa: «No quiero que te enamores de una persona que no existe». Soy como soy. Le voy a impresionar poniéndome un vestido bonito para él, cocinando para él, pero no falseando mi carácter. Soy igual de insegura que cuando tenía veinte años. La única diferencia es que ahora lo digo. Llevo cuatro años de terapia, y eso ayuda. La edad también me ha traído madurez. Quiero que me amen por lo que soy, hiperdetallista y controladora; es lo que hay. Me he pasado muchos años tras la barrera. Viviendo sin sentir. Ahora quiero arriesgarme, y tanto me da si las cosas salen mal. Al menos, voy a intentarlo.

Tengo una carrera, un doctorado y hablo cuatro idiomas, pero hasta hace nada no me permitía sentir. Por eso he acabado en terapia. Ahora estoy aprendiendo. Sé que Pep y yo recién estamos empezando, pero la cosa promete. Dormimos abrazados la noche entera. Con él estoy desnuda en todos los sentidos. A su lado me siento vulnerable y poderosa. Libre y fuerte. Otra cosa que he comprobado es que el sexo genera intimidad. Las grandes conversaciones las tenemos en la cama, generalmente después de hacerlo. Al fin y al cabo, somos un cuerpo, somos emociones. Algo que yo he estado reprimiendo durante toda mi vida.

Antes de conocerlo no echaba en falta el sexo. Ahora no podría vivir sin él. Y por primera vez en mi vida quiero experimentar. Te pondré un ejemplo: a Pep le gusta dar cachetes en las nalgas. La primera vez que me lo hizo pensé: «Yo no soy una yegua». Después vi que no me hacía daño, solo era ruido, así que me dije: «¿Por qué no?». Si me hace daño y no lo disfruto se lo diré, pero si lo disfruto me callaré. ¡Coño, continúa! ¿Sabes otra cosa? Nunca me ha gustado que me laman las orejas. No soporto el sonido de la saliva. Mi psicóloga dice que es típico de las mujeres que han sido forzadas. Yo no lo he sido, aun así me pone muy nerviosa. Pero con Pep es diferente, él me ha lamido las orejas un par de veces y no me ha molestado.

En mi opinión, para que un encuentro sexual vaya bien no tiene que haber presión, y yo he sufrido mucha con el tema del orgasmo. No llego. Nunca he llegado. Y, a veces, he sentido que todo se reduce a eso: tienes que correrte sí o sí. Parece una obligación. Sé que no tengo ningún problema fisiológico. Lo mío es un bloqueo mental en toda regla. Llega un momento en que parece que estoy a punto, pero soy incapaz de pasar de ahí. He decidido que no voy a preocuparme más por este tema. Lo he aceptado: yo no me corro. Así que fuera presión.

El tamaño del pene no me importa, hasta cierto punto. Porque aunque no llegue a

correrme me gusta sentir a un hombre dentro de mí. También puede ser que me haya acostumbrado a cierta medida porque mis anteriores parejas lo tenían bastante grande. ¿Te has fijado cómo son en Francia las señales de tráfico que indican un giro? Son largas y delgadas. Cada vez que veo una me viene a la cabeza la imagen de su pene. Largo y delgado no es mi ideal, pero mientras se lo pueda comer me sirve. Me encanta ver cómo cambia de aspecto. El otro día Pep la tenía a media asta y le dije: «Esto te lo arreglo yo ahora mismo». Ese momento en que pasa de un estado al otro me gusta mucho. Me digo a mí misma: «Mira lo que has hecho». Me pasa igual cuando él me come con la vista. La tiene pequeña y, de repente, crece y crece y crece. Podría llegar a correrme solo mirándole, y eso que no sé lo que es.

Casi todos los chicos con los que he estado me han preguntado qué me gusta en la cama, pero siempre he tirado pelotas fuera. Y justo ayer me atreví a decirle a Pep: «Déjame comerte»; fue liberador. Es la primera vez en la vida que yo digo algo así. Evidentemente, él se puso como una moto. No se corrió en mi boca de milagro. Bueno, un poco sí. No llegó a correrse del todo, pero, por primera vez, supe a qué sabía eso. Nunca antes había permitido que alguien lo hiciese. Ahora me da igual.

Aún no soy capaz de decir lo que siento ni pedir lo que quiero. Lo único que me permito es respirar fuerte, que se note. Es la manera que tengo de mostrarle al otro cómo me siento. Ahora mismo estoy contándote esto y me estoy sintiendo de un vulgar que se me hace raro. Por otro lado, el sexo es sucio y vulgar. Creo que si en algún lugar puedes ser vulgar es en la cama. Así que quiero sacarme de encima esos prejuicios.

La persona con quien te acuestas hace que el sexo sea distinto. Y yo cuando lo hacía con mi ex estaba tan tensa que apretaba la vagina. De hecho, la primera vez que estuve con otro hombre y no apreté me sorprendí. Pensé: «¡Qué raro!». Simplemente, pude relajarme. No sé si se debe a la edad, a la terapia o a que llevo veinte años viviendo en Catalunya. Pienso que vivir aquí también me ha cambiado como persona. No podría volver a establecerme en mi tierra. Ya no soy la misma que se marchó. Ahora disfruto mucho más del sexo y de la vida en general.

NATALIA

43 años, casada, sin hijos

«De pequeña me sentía sola porque había una
parte de mí que debía esconder a los demás.
A esa edad no quieres destacar,
quieres ser igual que el resto».

De joven era una pardilla. No sabía nada de sexo. En mi casa este tema era tabú. Mi hermano pequeño quería barrer y ayudar en la cocina. ¿Sabes qué le decía mi abuela? «Suelta la escoba que se te va a caer la picha». Mi abuela tenía una mentalidad de antaño, y como ella había muchas.

De pequeña, llevaba el pelo largo porque ella se empeñó en que para la comunión debía lucir una larga melena. Y, en cuanto pude, me lo corté muy corto. Recuerdo acompañar a mi madre al mercado y que las dependientas le preguntaran: «¿Es un niño o una niña?». Aquel corte de pelo y las reacciones de los adultos me generaron cierto trauma. Aún no sabía que me gustaban las mujeres pero, de algún modo, la sociedad ya me estaba etiquetando como a un marimacho. ¡A los nueve años! Es muy cruel hacerle eso a un crío. No conocí a nadie que fuera homosexual hasta que fui mayor. Por eso, de pequeña me sentía sola, porque había una parte de mí que tenía que esconder a los demás. A esa edad no quieres destacar, quieres ser igual que el resto.

Tendría catorce o quince años cuando me colé por mi mejor amiga. Suena a cliché, lo sé. Yo había tenido algún que otro rollo con algún chico, pero aquello era distinto. Me había enamorado, y reconozco que sentí miedo. A mediados de los ochenta, las lesbianas no teníamos referentes. Si te sentías atraída por tu mejor amiga pensabas «¿soy rara o qué me pasa?». Las generaciones que vienen tienen parte del camino hecho, y están más abiertas. Mi amiga me dijo que me apreciaba pero que ella no sentía lo mismo. El rechazo hace que te sientas mal y, al no tener referentes, no sabes a qué agarrarte.

Supe que el amor entre mujeres era posible leyendo una novela de Lucía Etxebarria, *Beatriz y los cuerpos celestes*. Aquel libro fue mi despertar sexual. Ten en cuenta que entonces no existía internet. Soy de una ciudad que está a treinta kilómetros de Barcelona y, aunque tiene más de cien mil habitantes, es un lugar muy provinciano. A los veintidós años me vine aquí a estudiar y noté mucho el cambio. Empecé en la universidad y se abrió el abanico. Para mí, ver a los travestis en plena calle fue como entrar en un mundo distinto.

Antes de venir a Barcelona había contactado con una asociación de gais y lesbianas de mi ciudad que me ayudó mucho. También me influyó trabajar en un bar de camarera: me sirvió para conocer a gente distinta y me ayudó a abrirme. Recuerdo

un día que atendía una mesa y una de las chicas, que debía ser lesbiana porque tenía todo el aspecto, no paraba de mirarme y sonreír. No creo que quisiera ligar conmigo. La suya era más bien una mirada de reconocimiento, como si me dijera «te tengo calada». Antes de irse me apuntó su número de teléfono en un papel. Ella era mayor que yo, tendría unos treinta años, y me abrió las puertas de un mundo hasta entonces desconocido para mí, donde había gente que era igual que yo. Fue como si me dijera «tranquila, no eres la única». En aquella época los homosexuales no eran tan visibles como ahora, y yo misma escondía mi sexualidad. Era muy consciente de que pertenecía a una minoría.

Pasé de vivir una adolescencia totalmente modosita a experimentar una juventud radical. Me dejé cresta, me teñí el pelo de rojo, empecé a tomar drogas y me agujereé el cuerpo entero. Fue una época rebelde en todos los aspectos. Si antes había querido ser como los demás, ahora quería lo opuesto. A los veintitantos ya había formado mi círculo de amistades, gente que era como yo. Y un día, con dos ovarios, me puse un pendiente en la lengua. Días antes había estado hablando de mi novia con mi madre. Ella creía que era una amiga muy amiga, porque venía a casa a menudo y muchas veces se quedaba a comer y a cenar. Cuando esta chica me dejó lo pasé fatal. Lo peor de todo no fue que me abandonara, sino el hecho de no poder compartir lo que me estaba pasando con mi familia. Terminé con un nudo tan grande en el estómago que acabé confesándole a mi madre la verdad. «Me gustan las chicas y mi novia me ha dejado». Me respondió que no pasaba nada, pero que teníamos que contárselo a mi padre. Él era el típico macho alfa y a mí me daba mucho miedo.

Fue entonces cuando me puse un pendiente en la lengua y llegué a casa con la lengua hinchada. Mi padre se enfadó muchísimo y después de cenar, se levantó muy serio y se fue a la habitación. Fui a su cuarto y le pregunté si estaba bien. A lo que él respondió con otra pregunta. «¿Tienes algo que quieras decirme?». Tenía la lengua como una butifarra, apenas podía vocalizar, pero logré decírselo. «Me gustan las mujeres». Mi padre me dijo: «Me parece muy bien pero, a partir de ahora, a tus amigas las traes a casa a tomar el té. No quiero que ninguna se quede a dormir nunca más». Me sentí fatal, como si estuviese haciendo algo malo. Y durante un buen tiempo en mi casa no se mencionó el tema; era tabú. Pero no me amedrenté, era una joven de armas tomar y decidí irme de casa. Con el tiempo, las cosas se fueron calmando. Superado el shock inicial, mis padres aceptaron que lo mío era de verdad, que no era ninguna broma. Y entonces sí que tuvimos una conversación seria. «Quizá la vida te sea un poco más difícil, pero queremos que sepas que estamos aquí, que te queremos y que te vamos a apoyar en todo lo que haga falta». ¡Me dio una llorera!

Recordándolo ahora, con la perspectiva que dan los años, creo que se lo hice pasar mal. Si a mí me sale un hijo así, ¿qué hubiera hecho? Seguramente darle una hostia y mandarlo a Parla. Con las amistades, en cambio, mi orientación sexual jamás ha supuesto un problema. Tampoco en el trabajo. Incluso mi abuela materna reaccionó bien. Se lo confesé justo antes de casarme. Le dije: «Yaya, ella va a ser mi mujer». Mi abuela me dijo que le parecía genial. Me sorprendió y, al mismo tiempo, me quitó un peso de encima. Sus palabras hicieron que me sintiera realmente bien. Ella era lo opuesto a mi otra abuela, que llega a estar viva y le da un soponcio.

En mi época no existía Tinder, lo que sí había era «el chueca», un canal de internet

para citas, y una gran mierda. Todas las lesbianas que había allí estaban locas. Y mira tú por dónde, a mi pareja la conocí a través de Facebook. Un día vi una foto, y me pareció reconocer a una chica que había ido conmigo a la universidad, así que di al botón. Ella aceptó la solicitud de amistad, pero me escribió: «hola, ¿nos conocemos?». Me había equivocado. Aun así seguimos hablando y enseguida congeniamos. Decidimos quedar para tomar una cerveza, luego otra y terminamos casándonos. La nuestra es una conexión que va mucho más allá del físico. Yo a esas parejas que lo hacen todo por separado no las entiendo. Llega un momento en que es insostenible. Evidentemente, has de poder hacer cosas sola, pero cuando no tienes nada en común con tu pareja acaba siendo un problema. A mí me encanta hacer planes con mi chica. Cuando la conocí ella no bebía vino, por ejemplo. Lo probó para mi cumpleaños y ahora se ha vuelto una experta; compartir gustos une.

La primera vez que estuve con una mujer tenía veintiún años. Yo no estaba enamorada. Lo nuestro fue sexo, nada más, pero estuvo bien. Me dejé llevar, y para mí el sexo es eso. No se trata de qué debes o no debes hacer, de si lo haces bien o mal. Cuando tienes pareja, y es una mujer, siempre hay alguien que te suelta la típica frase «¿quién hace de hombre?». Me dan ganas de mandarlos a la mierda. Nadie hace de hombre. Sale natural. Evidentemente, con los años coges experiencia. De hecho, yo había tenido algún escarceo sexual con chicos y ahí sí que me sentía torpe porque no sabía qué tenía que hacer. En cambio, con esa chica fue de lo más fluido. Ahí es cuando te das cuenta de que realmente disfrutas de tu sexualidad, cuando estás a gusto. Con los chicos no sentía placer y no sabía cuál era el motivo. ¿Eran ellos todos unos patatas que no sabían hacerlo bien? ¿Era yo la lerda? Ni una cosa ni la otra. Simplemente, el tema no fluía porque a mí no me atraían los chicos.

No sabría decirte el número exacto de personas con las que me he acostado. Nunca he llevado la cuenta. Digamos que no soy como Julio Iglesias pero que hubo una época de mi vida muy loca a nivel sexual. Fue cuando me trasladé a Barcelona y descubrí los locales de ambiente. Ya se sabe que a esa edad las hormonas… Salía mucho de fiesta, y las drogas ya se sabe. El MDMA, por ejemplo, te pone como una moto. Necesitas follar sí o sí. Ahora me gusta esta, ahora me gusta la otra, el mundo lésbico era muy pequeño, no te creas, como un asteroide y de él salían todas las líneas. Una chica había salido con la otra, y así hasta el infinito. Al final, todas nos conocíamos porque salías una noche, te liabas con una chica y al día siguiente ya era tu amiga. Aunque también hay chicas a las que he conocido de fiesta, con quienes hemos tenido sexo, y no me acuerdo ni de cómo se llaman.

Las lesbianas se fijan mucho en las demás mujeres. Desde fuera puede dar la sensación de que entre nosotras no existe la crítica, pero no es verdad.

En el mundo lésbico hay mucho estereotipo, igual que les sucede a los heterosexuales. Está la camionera, la moderna, la *femme*, la *butch*, la *queer*, la moderna… Al final, lo único que hacen los estereotipos es crear guetos dentro del gueto. Este fue uno de los motivos por los cuales dejé de salir de noche. La edad también influyó, por supuesto.

Tengo barriga, el culo gordo y las tetas caídas, pero es lo que hay. Si te gusta bien y si no, también. Ando bien de autoestima yo. Mi cuerpo nunca ha sido un impedimento a la hora de ligar o acostarme con alguien. Si de joven me importaba

poco, ahora menos. Con mi pareja tengo mucha confianza. Si está en el baño cagando, y quiero entrar a ducharme, entro sin problema. Tengo amigas a las que sus novias no les dejan ni tirarse un pedo. Y otra que hace el amor con la luz apagada. Hay gente con muchos traumas. Yo sería incapaz de estar con alguien así, necesito ver a mi compañera, saber quién es de verdad. Al final, es una cuestión de confianza contigo misma. Estar bien con una repercute en la relación que tienes con los demás.

Una vez me lie con una chica que iba completamente depilada, cosa que odio. Ella propuso que yo también me lo depilara, y como estaba gilipollas lo hice. Nunca más. ¡Con lo que pica! Además, parece que tengas tres años y cuando crece rasca como una cerilla. Estas cosas las haces cuando eres joven y estás enchochada. A mí las mujeres *pelos fuera* no me gustan. Las miro y parece que les hubieran dado un hachazo entre las piernas. A ver, es importante que una mujer tenga el pubis arreglado. Los bosques no me van porque hay algunas chicas a las que podrías dejar caer un boli y, con esa mata de pelo que tienen, desaparecería al instante. Si hay algo que no soporto es la falta de higiene y todavía hay gente que debería ducharse más. La lencería tampoco me va. Yo veo a una chica con lencería fina y me echa para atrás. Ni la lencería fina ni las bragas marrones de abuela. A mí me gusta ver a la mujer desnuda.

Por mi cumpleaños me regalaron un libro con cien fotografías de coños. ¡Y todos son diferentes! El coño es un gran tema, pero no se habla tanto de él como de las pollas. Por ejemplo, está el coño mariposa, de labios grandes como orejas. Si estás con una pelirroja no te libras de la pregunta: «¿El coño también lo tiene pelirrojo?». Pues sí, claro. Aunque también hay mucha rubia de bote que tiene el coño morenote. Ahora en serio, el tema de los coños es curioso. Otra cuestión que da mucho juego son los pezones. Que si es muy grande y parece una galleta, que si tiene pelos y parece un oso.

A mí el físico me importa poco, me gustan las mujeres con sentido del humor y, sobre todo, con inquietudes intelectuales o artísticas. Más allá de eso, no tengo ningún tipo. De una mujer me atrae su personalidad.

Reconozco que en mi época loca lo hice muchas veces a pelo porque no existe ningún método de protección específico para nosotras. ¿Y qué vas a hacer? ¿Te vas a poner papel film? Con el sexo entre mujeres no corres el riesgo de quedarte embarazada pero más de una vez acabé yendo a hacerme análisis para descartar ETS. Sigue habiendo riesgo de que te pasen algo chungo, pero para que se dé esta circunstancia tiene que haber alguna herida o algo por el estilo. A mí lo peor que me ha pasado es pillar hongos.

Me considero una persona sexual pero ahora vivo el sexo de distinto modo. Hace diez años que estoy con mi pareja, y tres que nos casamos. Los primeros años teníamos sexo a todas horas. Y si bien es cierto que el hecho de compartir tu vida y la convivencia del día a día hace que disminuya la frecuencia, en cuanto a calidad se refiere, estoy mejor ahora que al principio. Porque aunque ahora tenemos menos sexo, es más intenso. Ahora hay más conexión. Llegas a un punto en la relación que no tienes la necesidad de estar cada día dale que te pego. En el momento en que te apetece lo haces y es brutal.

Nosotras practicamos sexo una vez al mes. A veces mi mujer me dice «no hacemos

el amor». «En todo caso no follamos», le contesto yo. Porque el amor lo hacemos cada día. Creo que hay que diferenciar estos dos conceptos. Pero sí, lo admito, follamos poco. Porque entre semana no encuentras nunca el momento. El fin de semana, en cambio, el sexo es parecido a un ritual. Nos duchamos o cenamos y lo hacemos. Pero luego llega el invierno. ¡Ay, qué frío! Y en verano es al revés. ¡Ay, qué calor! Tenemos una furgoneta que llamamos «la furgoneta del amor», porque el fin de semana que la cogemos lo hacemos seguro. Es un poco exhibicionista porque cuando lo estamos haciendo se mueve. A veces miro por la ventanilla y le pregunto a mi chica «¿nos verán?». La verdad es que me importa un comino. Es más, me excita.

Jamás he fingido un orgasmo con una mujer. Puedo correrme con la masturbación, el cunnilingus o el frotis. Las tijeretas, como lo llaman algunos, es una postura mítica e imposible. O eres contorsionista de circo o apaga y vámonos. También hay que tener en cuenta el acople. Hay chicas que son muy delgadas y te clavan la cadera y chicas rellenitas con las cuales es difícil pegarse bien, por lo que el roce es más complicado. No se habla mucho de la compenetración de dos cuerpos, y es un tema importante.

El sexo lésbico es diferente del sexo heterosexual, está claro. No es que sea más romántico, no es la palabra, pero sí me atrevería a decir que en nuestro caso es un encuentro más íntimo. Hay más preliminares, más caricias y más besos. Quizá los hombres van más directos a la penetración, mientras que las mujeres nos demoramos más en el juego porque si no eso está más seco… A no ser que ya estés muy cachonda y se trate de algo rápido, que también pasa. Una está fregando los platos, la otra la coge por detrás, le dice algo al oído y ya.

Aunque entre las lesbianas hay de todo. He tenido sexo de una sola noche con mujeres que parecían hombres. Iban a saco. Pam, pam, pam. A veces he tenido que decírselo. «Quieta ahí parada, que a mí me gusta más suave». También me he encontrado con chicas que me han pedido que les dé cachetes en el culo o que les chupe los pies. Hay gente a la que le gusta este tipo de sexo y gente a la que no. Da igual la orientación sexual que tengas. En mi caso, los preliminares son muy importantes.

Tenía una amiga hetero que siempre se quejaba de que los tíos no sabían comerle bien el coño. «Yo me paso una hora chupándoles la polla y ellos, en cambio, en cinco minutos están cansados», decía. Entre lesbianas las comidas de coño pueden durar una hora. No se trata de hacerlo rápido sino de saber dónde y cómo. Y, ante todo, sentir a la otra persona. Pero siempre con la calma. Lo de usar la lengua como si fuera un minipimer es un cliché y además es falso.

También existe el tópico de que las lesbianas tienen mejor sexo que las heterosexuales porque nadie conoce mejor el cuerpo de una mujer que otra mujer. Para mí es una frase manida. Lo único que me atrevería a decir es que el sexo entre dos mujeres es diferente, ni mejor ni peor. Porque en las relaciones sexuales heterosexuales hay un factor clave: la eyaculación masculina. Al final, con los hombres todo se reduce a si se corre o no se corre. También hay mujeres así, pero la mayoría nos corremos sin eyacular, y pienso que aquí está el tema. Nosotras podemos ir empalmando orgasmos uno tras otro. ¡Tantos como te dé la gana! Esto hace que el tiempo, para nosotras, no sea un factor decisivo. El tiempo es el que tú

decides. En general, las mujeres alargamos hasta que estamos cansadas o saciadas. Yo, por ejemplo, termino cuando empiezo a sentir agujetas.

Creo que el buen sexo está más relacionado con que haya conexión entre las dos personas que con conocer el cuerpo del otro. Es cierto que al ser mujer sabes que existen otras zonas erógenas, más allá de la vagina o los pechos. Si a ti te gusta que te toquen en determinado lugar puedes tener una idea de por dónde van los tiros. Más allá de eso, no pienso que ser mujer te dé ninguna ventaja.

Muchas mujeres heterosexuales ven porno lésbico pero yo nunca, no me pone en absoluto. El porno lésbico está hecho para los heterosexuales, en él solo veo a dos mujeres que no son mi tipo. ¿Dónde van con esas uñas tan largas? Las miro y solo pienso en que van a desgarrarse mutuamente. Lo siento pero lo que estáis viendo no es verdad. ¡Os están engañando! Sin embargo, el porno donde salen hombres y mujeres follando sí me excita.

Me he masturbado mucho, muchísimo. Empecé a tocarme muy pequeña, con el osito de peluche. Recuerdo a mi madre abrir la puerta de mi cuarto y preguntarme «¿qué haces?». Yo le contestaba «nada», y ella se reía porque, claro, sabía perfectamente qué estaba haciendo. Masturbarse es la cosa más natural del mundo. A medida que fui creciendo fui perfeccionando la técnica. El Satisfyer aún no lo he probado. Ya tengo mi propio Satisfyer en casa, no necesito ningún trasto con forma de pingüino.

En general, prefiero la historia gráfica pornográfica que el porno explícito porque la parte abstracta la hace excitante. Los mensajes de texto con contenido erótico también me excitan bastante. Me gusta el morbo de las palabras, decirlas y escucharlas. A veces un simple gesto puede ponerme muy cachonda. Estar cocinando y que venga mi mujer y me coja por detrás, me pone a mil. Luego están los besos. Porque hay besos y besos. Están los besos de monja, castos e inocuos, y después esos morreos que te ponen cachonda en dos minutos. No sé qué pasa con los hombres, supongo que se debe a la penetración, pero con según qué posturas es difícil besarse mientras follas. Y a mí me pone muchísimo besarme mientras lo hacemos. Muchas veces se lo digo a mi mujer: «Dame un beso guarro».

Te voy a contar un chiste: «¿Qué hace una lesbiana en su segunda cita? Las maletas». Las lesbianas estamos obsesionadas con encontrar el amor. Si las mujeres somos más intensas que los hombres, imagínate a dos mujeres juntas. Las relaciones lésbicas están llenas de dramas. Por no hablar de cuando se te sincroniza la regla con la de tu pareja. Es hormona tras hormona tras hormona.

A mí hablar de sexo no me incomoda. Soy de las que habla de sexo, de caca, de pipí y de culo. Cuando alguien de fuera me reprocha que soy escatológica le respondo: «Lo soy como toda buena catalana». Al fin y al cabo todos cagamos. ¿O acaso crees que Lady Gaga no caga? Pues sí. Imagínatela en el váter de su casa, apretando, y listo. Es una persona como otra cualquiera.

La mayoría de fantasías que tenía de joven ya las he cumplido. Me excitaban mucho los tríos y he probado todas las combinaciones posibles. Me mola más con dos chicas. Otra fantasía que tenía era ir a un club de intercambio de parejas, y también la llevé a cabo. Fui con una amiga y un amigo. Reconozco que hacerlo delante de la gente me dio morbo. Aunque lo más divertido fue el jacuzzi. Tenía un interfono que

te comunicaba con el bar. Cuando querías un cubata apretabas el botón y en cinco minutos venía el camarero con la copa. No he vuelto a ir, pero guardo un bonito recuerdo de aquella noche.

Ahora sigo buscando el placer, pero de otro modo porque tengo pareja estable, y la confianza con el otro define mucho el tipo de sexo que tienes. Entiendo que haya gente a la que le parezca aburrido estar toda la vida con la misma pareja, pero quizá es porque esa persona no es la adecuada. Tampoco sé qué me sucederá a mí en un futuro, solo sé que ahora mismo no me imagino mi vida con otra persona que no sea mi chica. También te digo que hemos llegado a un acuerdo. Cuando ella cumpla sesenta años se lo montará con un negro, y yo miraré. Ella tiene esa fantasía y yo no voy a impedir que la haga realidad. Pero a los sesenta, no antes. Ahora no toca.

LUZ

44 años, madre soltera

«Yo necesito tener sexo en mi vida. Sí y sí.
Hacer el amor un día y al otro ser la puta
más puta de todas las putas. Soy una cerda
y una guarra, lo tengo más claro que el agua».

Mi primera vez fue traumática. Es un recuerdo que me lleva a la infancia, y vengo de una infancia muy tocada. No sé si soy capaz de contártela. Me has dado directamente donde más duele. ¡La Virgen! No se lo deseo a ninguna niña. A ver, te la contaré por encima rapidito. No fue abuso, bueno, quizá sí…

Mi padre murió cuando yo tenía siete años. Un día se fue a trabajar a la obra y ya no volvió; se estampó desde un sexto piso. Imagínate. Yo era su ojito derecho y perderlo me marcó. Después de su muerte, mi madre se quedó sola con cuatro hijos: siete, ocho, catorce y dieciséis años. Aquello fue el sálvese quien pueda. Además, el mayor era yonqui. Supongo que con todo ese mal rollo a mi alrededor yo buscaba un poco de amor, una caricia, algo de atención.

Tenía catorce añitos recién cumplidos, y no fue una primera vez deseada. Tampoco es que él se aprovechara de mí. Simplemente, sucedió. Él fue mi primer amor. No, no es verdad. Yo estaba desesperada. «Hola, ¿alguien me puede abrazar?». No veas que rueda estoy dando para llegar adonde quiero llegar. ¡Buf! ¿Nos podemos saltar esta pregunta? No quiero acusarlo. Solo puedo decirte que mi primera vez fue con un familiar muy cercano. Él vivía en nuestra casa y nos enamoramos. Nadie se enteró. Siempre he ocultado mi vida a mi familia. He aprendido a vivir sola mis historias y mis locuras. Si tengo un mal día me pongo hasta el culo y listo. Al día siguiente me levanto y tiro para adelante.

Ahora mismo estoy intentando trabajar la culpa. A veces pienso que necesitaría cincuenta vidas. No quiero culpar a mi familia por cómo actuaron después de la muerte de mi padre, no sabían más. Si yo soy una garrula, mi madre lo es el doble. Después de informarme sobre cómo fue su infancia he comprendido muchas cosas. Yo trato de hacerlo bien con mi nene, pero también tengo mis propios traumas no resueltos. Por eso estoy trabajando conmigo misma: mi proyecto soy yo. Bastante curro tengo. Trabajar en una misma es difícil. Primero tienes que despertar. Quizá tus padres te han hecho daño, pero hay que saber manejar tu propia vida. Tu vida es solo tuya. Quizá sea la oveja negra de mi familia, pero trabajo, me ocupo de mis responsabilidades y no molesto a nadie.

Antes los jóvenes no sabíamos una mierda. A mí el primer támpax me lo puso una amiga, para que veas. Bastante tenía mi madre con sacar a cuatro hijos adelante ella sola. En su defensa diré que nunca me reprimió. Si soy una persona de mente abierta,

en parte, se lo debo a ella. Aunque la verdad es que yo de jovencita estaba siempre más salida que la pipa de un indio. He llegado a pensar que estaba enferma. Mis parejas me decían: «Ya no puedo más». Y yo: «¡No me jodas!». Contra una esquina me he partido el coño yo. Empiezo rascándome la ingle y no se sabe cómo acabo. Creo que mi relación con el sexo se debe, en parte, a mi carácter. Siempre he sido un poco rebelde, tirando a mucho. Basta que la sociedad me inculque unos límites o prohibiciones para que me las pase por el forro. Soy un poco macho porque siempre me he movido entre chavales, con mis hermanos y sus amigos. Además, me importa un pimiento el qué dirán.

A los chicos de hoy les dices lo que nos decían a nosotros, eso de que si te masturbas vendrá el diablo y te cortará las manos, y se ríen en tu cara. En nuestra época el sexo era tabú, ahora ya no. Bueno, depende. El tema de la masturbación femenina sigue más o menos igual. Estoy segura de que si esta tarde te vas a la puerta de un colegio y escuchas a un grupito de madres de nuestra edad, los comentarios son los mismos. En el colegio de mi hija hay una tropa de supermamis que son para tirarlas todas al cubo de la basura. ¡Pobres, están tan reprimidas! Siempre en su sitio. Me parecen un coñazo, la verdad. Para ellas, soy un bicho raro.

Me considero una persona sexual, pero cuando tengo el ánimo por el puto suelo la libido va detrás. A veces tengo que comprobar si estoy viva o me han amputado el coño, así te lo digo, porque, para mí, el sexo es superimportante. Te lo resumiré en una frase que escuché en la tele, es de un escritor: «El sexo es deseo y sin deseo no hay vida». ¡Me gustó tanto! Yo pienso igual. El deseo es el motor que nos mueve. El deseo es pasión, piel, y eso te lo da la otra persona. Si te acostumbras a estar con tu pareja igual que te acostumbras a tener una lámpara encima de la mesilla, ya me dirás. Por eso el sexo y el deseo son tan importantes en una relación. Nena, yo he pasado unas épocas en mi vida muy muy complicadas. Me miraba al espejo y me veía fea, gorda, el pelo graso. En cambio, después de follar me encuentro guapísima. Y al día siguiente me levanto y me voy al curro con esa sensación; es brutal.

Necesito tener sexo en mi vida. Sí y sí. Hacer el amor un día y al otro ser la puta más puta de todas las putas. Soy una cerda y una guarra, lo tengo más claro que el agua. Hace poco más de un año que estoy con mi pareja actual y al principio tenía miedo de que él se asustase, pero qué va. Le encanta que sea de esta manera. Hay momentos de decir «te quiero» y momentos en que lo que me apetece es que me empotre contra la pared, y así se lo digo. Supongo que si no viviera con mi hijo, mi vida sexual aún sería más plena, pero es que yo tengo al nene las veinticuatro horas al día los trescientos sesenta y cinco días del año; soy madre soltera.

Mucha gente piensa que he sido la gran folladora. Creen que por mi forma de ser he estado con tropecientos tíos, pero solo he estado con cuatro hombres en toda mi vida. Siempre he tenido pareja, y jamás he hecho nada al margen de ella. A mi primer novio, un chaval maravilloso, lo conocí cuando tenía quince años. Lo dejé al cumplir los treinta. Sinceramente, fueron unos años estupendos, pero en cuanto a sexo se refiere, éramos los dos unos novatos. Descubrí todo lo que sé del sexo cuando conocí al padre de mi hijo, con el que he estado once años. Él ha sido el gran amor de mi vida. Algo que tengo que dejar de pensar porque él no me conviene, pero es que no puedo evitarlo. Luego está mi pareja actual. ¿He dicho cuatro? Son seis. Estos

tres, un par de chavales más con los que tuve un rollo y el hombre con quien perdí la virginidad. Jamás he tenido sexo esporádico. Aquí donde me ves soy una persona muy fiel. No he tenido una vida tan emocionante, la verdad.

He sido muy drogadicta. Me he tomado lo que nadie sabe. De joven estaba siempre enfadada con la vida y a hostias con todo el mundo. ¡Ojalá hubiera sido más putón! Si iba a la discoteca, estaba con la castaña o cuidando la castaña de otro o buscando bulla, nada de ligar con desconocidos. He tenido millones de oportunidades, pero no me va eso de enrollarme con cualquiera. Ojalá. Me hubiera ahorrado muchos problemas. Y no me considero una reprimida porque el padre de mi hijo era lo que se dice un follador: once años mayor y trabajador del mundo de la noche.

Con mi primer novio tuve la relación perfecta. Una chica inteligente no lo habría dejado escapar. El pobre sufrió mi época de borracheras, venía a buscarme a la discoteca, me aguantó cuando tomé drogas, todo lo aguantó. Su ilusión era casarse conmigo y tener hijos. Pero yo sabía que aquello no chutaba. Entonces, una noche salí de fiesta y conocí al padre de mi hijo. Pasé de tener un príncipe a mis pies a todo lo contrario. Allí empezó de verdad mi vida.

Yo era una niñata y una puta colgada, me enamoré hasta las trancas, y él fue muy cruel conmigo. Mi madre siempre me decía «no sé qué le ves, mira que es feo. Debe tener un diamante en la punta de la polla porque te tiene loca perdida». Y es verdad que disfrutaba en la cama con él, pero también éramos compatibles en muchísimas otras cosas. Luego todo se complicó. Él era un «viva la Virgen y olé» y yo, su perrito faldero. Once años esperando a que sentara la cabeza hasta que me cansé. Tuvo que enrollarse con una de mis amigas para que me viera con fuerzas para terminar con él. Ahí fue cuando dije: «¡Basta. Así no puedo seguir!».

Él siempre ha vivido para él, del nene me he hecho cargo yo. Además, jamás me ha respetado. De puertas afuera es una cosa y de puertas adentro otra distinta. Me han llegado a parar por la calle para decirme: «¡Qué suerte tienes con el padre de tu hijo!». Me meo. A mí este señor me ha hecho mucho daño, y aun así no lo he denunciado. Le hubiera podido hundir la vida porque a día de hoy no me pasa ni los doscientos euros que le tocan por ley. Hasta ahora no me he atrevido a plantarle cara, pero hasta aquí hemos llegado. No soy mala persona y no quiero acabar en los juzgados, pero como vuelva a llamar insultándome y amenazándome, te juro por Dios que se va a enterar.

He tenido anorexia y cuando una persona sufre esta enfermedad la arrastra toda la vida. La anorexia nunca te abandona y, cuando estás mal anímicamente, siempre vuelve. Yo cuando no me encuentro bien solo pienso: «Quiero estar delgada, quiero estar delgada, quiero estar superdelgada». No tiene nada que ver con ser guapa o fea, sino con cómo te ves a ti misma; y yo el chip lo tengo jodido. Mi ex es superdeportista. Yo ya venía mal de fábrica, pero si a eso le sumas que tu pareja ve la grasa como lo peor del mundo, imagínate. La anorexia siempre está en tu cabeza. Y a raíz de separarme volví a caer. Me miraba en el espejo y me daba asco. Prefería estar muerta a estar gorda. La situación me sobrepasaba. Salía todos los días y bebía mucho; estaba embotada.

Mi actual pareja me ha ayudado mucho con este problema. Ahora estoy más relajada, que tengo un michelín, pues tengo un michelín y no pasa nada. Además,

estoy portándome bien; consumo muchísimo menos porque quiero limpiar mi cuerpo por dentro. Aún he de terminar de aceptar los cambios físicos y quererme un poco más, para eso tendría que dejar de mirarme tanto. A mí, por ejemplo, la postura del perrito me encanta, pero, claro, las tetas se me caen y se me ven los michelines. Estar follando y ver eso colgando no me gusta, pero si meto la barriga o me obsesiono con mis tetas de cabra, pierdo el sentido del sexo. Así que estoy tratando de convencerme de que no pasa nada.

La persona que tienes al lado también influye: cómo te ve el otro es cómo te acabas viendo tú. Mi ex me miraba con cara de deseo y me decía: «¡Buah!, ¡qué guapa eres!». Mi pareja actual se lo calla; es un bloque de hielo. Entonces se lo pregunto: «¡Hola! ¿Tú me ves guapa? ¿Te gusto? ¿Me quieres?». Necesito escucharlo de su boca. En este sentido, el padre de mi hijo era la caña.

Mi problema es que, sin ser consciente de ello, espero el mismo comportamiento de mi pareja actual. Quizá estoy en el comedor, suena una canción que me gusta, me levanto y me pongo a bailar. Mi ex me miraba, sonreía y me echaba un piropo. En cambio, este, que es parco en palabras, como mucho levanta una ceja. Y yo: «¿Estás vivo? Ten cuidado, no te muevas y vayas a romperte porque estás tan rígido, hijo mío». Soy muy hija de puta. Sé que él me quiere, me lo demuestra con sus actos, aun así necesito oírlo. Ayer me dijo: «¿Sabes que estás guapísima cuando te pones esa bata?». ¡Hostia puta! Mira que es vieja la bata, ¡y tiene una de mierda encima! No me lo podía creer.

Sé que lo dice de corazón, pero, hija, a veces se me olvida. Entre que él es de pocas palabras y que yo sufro de diarrea verbal, ¡vaya par! Porque él si puede contestar con un monosílabo o un movimiento de cabeza, no suelta prenda. Entonces, me toca interpretar. Pero, claro, a veces lo interpreto a mi manera. Luego él se enfada y dice que me invento las cosas. ¿Pero cómo no me las voy a inventar? ¡Algo tendré que sacar de ahí! Si no habla tengo que echarle imaginación. Al menos yo soy sincera con él, siempre con la verdad por delante. Cuando nos conocimos, acababa de separarme y estaba fatal. Lloraba todo el santo día. Lo último que pensaba era en estar con otro tío. Pero él se portó muy bien conmigo y, mira, un año y medio después aquí estamos.

No te lo creerás, pero cada noche lo hacemos entre una y dos veces. No miento. Él es muy activo sexualmente. Lo que ocurre es que viene de un matrimonio muy conservador, ave María purísima, y polvo con la luz apagada, y el tema del sexo lo tiene muy reprimido. Con su mujer hacían el misionero y poco más. No es un hombre muy experimentado, pero está empeñadísimo en aprender. Le podría enseñar lo que me diera la gana porque está supermotivado y muy pero que muy salido. No vivimos juntos, pero se queda a dormir muchas noches en mi piso. Yo a las nueve de la noche estoy que me arrastro porque me levanto a las seis y él me despierta a las dos de la madrugada para follar. Al principio, iba tirando, pero ha llegado un momento en que estoy agotada. O sea, que no he tenido muchos amantes, pero los que he tenido daban la talla. Así que dos por noche. ¡Apunta!

Soy clitoriana al cien por cien. Ahora bien, mi pareja actual se preocupa tanto por darme placer que con él he llegado a tener orgasmos solo con la penetración. Entre nosotros hay mucha pasión y mucha atracción. A veces me hace cosas que digo: «¿Y

esto?». Entonces me dice que lo ha aprendido en internet. Es muy generoso, mucho. En ocasiones tengo que decirle «niño, ya está» porque lleva media hora allí abajo y no se cansa y sigue y sigue. Soy multiorgásmica, ¿sabes? Tengo un orgasmo y luego otro y si él sigue estimulándome, otro más y, como no pare, puedo llegar a convertirme en la niña del Exorcista.

Sé que te parecerá increíble, pero te lo digo de corazón: nunca, jamás, he fingido un orgasmo. En primer lugar porque me resulta muy fácil llegar. A mí me tocan y me corro, y cuando no lo hago se me queda cara de «vete a tomar por culo». A veces he ido al lavabo y he acabado yo sola, pero eso de ah, uh, ah no sé hacerlo. No sé fingir, ni un orgasmo ni nada. También te digo que a veces, depende del polvo, por dentro estoy pensando: «¿Mañana para comer qué hago? ¿Lentejas?». Otras veces quizá no me apetece y pienso: «¿En serio? ¿Ahora tengo que hacerlo?», y acabo: «Venga, nena, ponte». Y una vez que me pongo lo que quiero es disfrutar. Por no hablar de que a mí cuando me corro se me nota. Te puedes bañar en mis lagunas y hay que cambiar las sábanas. Y si estoy seca también se nota, cri, cri, eso no entra ni queriendo. «Oye, que me duele», dice el pavo. «Para que veas lo cachonda que estoy, subnormal». ¿Cómo no va a notar el chico la diferencia? Mi cuerpo habla.

Ayer, por ejemplo, me despertó a las dos de la madrugada. No es que estuviera desganada, lo que estaba es dormida. Y claro, estás, pero no estás. Él me lo preguntó: «¿Qué pasa? ¿No te ha gustado? ¿No te has corrido?». Y yo: «¡Ya ves si me he corrido! Es lo primero que he hecho. Luego he seguido, pero he perdido el interés». En eso soy igual que un chico. Después de correrme me aburro. Desde el primer día se lo dije bien clarito: «Ten cuidado con adelantar la faena que ya sabes lo que pasa…, pero ten cuidado también con dejarla a medias porque entonces me cabreo». Intento ser muy sincera con él.

Conozco a mujeres que llevan años emparejadas y no se tiran ni un pedo delante de sus maridos. ¡Venga ya! No digo que te tires mil pedos en su cara, pero si me duele la barriga, ¿qué voy a hacer? El primer día, vale, pero después hago raaaaa. Nena, o lo echo fuera o reviento. Muchas chicas sufren cuando les pasa. Yo, en cambio, me meo de la risa. Pri, pri, pra. Me he acordado porque al principio de salir con él vino un día y me dijo: «¿Puedo hacerte una pregunta?». El chaval quería saber por qué se producían los pedos vaginales. Decía: «¿Será que la tengo pequeña y entonces te sobra mucho aire?». El pobre se montó una película que te cagas. Recuerdo que le dije: «Mira, no te preocupes, cuando estás muy cachonda se te dilata el alma y empieza el festival». Te lo tienes que tomar a risa porque si no… A las mujeres les da mucha vergüenza tirarse pedos vaginales y cada una lo interpreta a su manera, pero en realidad nadie sabe a qué se debe. La verdad es que yo no tengo ni idea. ¿Tú sabes por qué pasa?

Y te diré otra cosa: los tíos que están preocupados por el tamaño de su polla son gilipollas. Si tienes una tranca enorme, pero no sabes usarla, ¿de qué te sirve? El chaval con el que estoy ahora tiene una medida normalita, pero se lo curra tanto que yo estoy satisfecha no, lo siguiente. Y eso que parí a un bebé de cuatro kilos y medio. Después del parto creí que en la vida iba a sentir nada más allí abajo. Pensaba: «¡Como no me metan una bombona de butano…!». No veas cómo tenía el coño de dado.

Yo hablo mucho y cuando follo, además, grito. Mi pareja me dice: «¡Cállate, cállate!». A veces me tiene que tapar la boca porque, claro, mi hijo adolescente duerme en la habitación de al lado. Soy muy escandalosa. A mí tienen que ponerme la almohada en la cara porque si no el nene, la vecina y el bloque entero se enteran de que estamos follando. A veces le pregunto: «¿Qué me vas a hacer? Dime. ¿Qué me vas a hacer?». Ahora ya lo ha entendido, pero al principio cuando le preguntaba me respondía que no sabía. «Ya lo verás», decía. Y yo: «No, cuéntamelo, quiero escucharlo». Me pone a cien que me coman el oído.

¿Qué tipo de hombre me atrae? Depende de la pastilla que me haya comido, si es rosa, verde o amarilla. Ahora en serio, me gustan los hombres que vienen curtiditos de la vida, con sus hostias bien dadas. Si me lo pusieran todo en bandeja perdería el interés. A mí me van los machotes malotes. Sí, sí y sí. Porque yo también soy una machota malota. Al final, esto se convierte en una lucha libre: a ver quién se corre antes y mejor. Los mojigatos no me atraen. Lo siento. En la cama me gusta dar y que me den. Y no necesito a un tío que sepa. Necesito a un tío entregado, que esté seguro de sí mismo y no tenga miedo. Yo soy valiente y experimento. «Venga, vamos a probar esto a ver qué pasa. Si nos gusta seguimos y si no, lo dejamos». Soy muy cerda, y para mí es importante que mi pareja entre al trapo.

Si no estoy cachonda de por sí, cosa que pasa habitualmente, lo que más me pone es que me toquen el pinganillo. A mi pareja siempre se lo digo: «Si me ves alicaída, tócame ahí». A mí me tocan el pinganillo y se me enciende el mundo. A partir de ahí, que me hable, que me bese. Y si estoy muy muy muy cachonda, entonces me vuelvo una cerda. Cualquier agujero es bueno. En un día guarro me puede meter su polla por un sitio y la de plástico por otro. Todo vale. Tanto me da que me lo coma que cogerlo a él por banda y reventarlo yo. Una cerda, esa soy yo. Aunque también me gusta mucho el sexo romántico, en el sentido de intercambio de energías y fusionarme con el otro. Aunque no lo parezca, soy muy selectiva con las personas.

Y el beso… Hacía mucho tiempo que no besaba con esta pasión. Me encanta el beso, los lengüetazos y esa guarrada que es chuparte la oreja, el cuello, tocarte ansioso, mirarte con deseo… A veces con un simple beso me pongo tan cachonda que pienso que voy a tener un orgasmo, fíjate. Es impresionante. Impresionante. El beso es el principio de algo maravilloso. Y no hay que olvidarlo, porque luego se nos olvida. Nosotros, por ejemplo, estamos sentados aquí en este sofá viendo la tele. Esperamos a que el nene se vaya a la cama, que cierre la puerta de su habitación y empezamos a besarnos. Ese beso es más que un simple beso porque él me chupa el cuello, la oreja, hasta el ojo. A mí me va entrando la cosquillita y si la cosa acaba con un polvo, hemos triunfado. Y si no va a más, porque las circunstancias no lo permiten, me deja con la almeja dando palmas y esperando a ver cuándo puedo culminar. Es una pena que a veces, sea por el cansancio, la rutina o los problemas, nos olvidemos de los besos.

Los fines de semana es distinto. El nene se pasa el día en la calle con sus amigos y tenemos la casa para nosotros solos. Echamos un kiki, comemos, hacemos la siesta todo guarros. Porque a mí me encanta cuando los jugos danzan por mi cuerpo. Él antes me decía: «Límpiate», y yo: «Límpiate tú, a mí déjame tranquila». ¿Qué es eso de ducharse después de follar? A mí me encanta oler a sexo. Lo que te decía: el nene

desaparece y tenemos el día entero para nosotros. Mi pareja viene con pantalones, pero sin calzoncillos. Se los saca, y como todo buen hombre se deja los calcetines puestos, y me dice: «Oye, que he pensado…». Y yo: «¿Follamos?», y él: «Follamos, follamos».

¿Cuál era la pregunta? No me acuerdo… ¡Ah, sí! ¿Qué me pone cachonda? ¿Cómo se dice? ¿El coito? Pues eso, me encanta el coito. Es lo que más me gusta. Aunque cuando mi pareja me masturba, con esas manos que tiene, esos dedos de ceporro y las uñas revenidas de trabajar en la fábrica, veo las estrellas. Al principio le decía que sus manos me volvían loca. Él no lo entendía. «¿Pero qué te pasa con las manos?». Y yo: «Que tienes que utilizarlas más, que me tienen loca». Ahora ya lo hace. ¡Hostia puta, colega! Tiene unos dedos maravillosos y unas manos de currante que me flipan. Pero sobre todo me gusta sentirlo dentro, y que me llame «cerda». Escucho esta palabra y me pierdo. Se lo pido a todas mis parejas: «Llámame cerda».

También me encanta correrme en su boca. Y si me meo, el que se vuelve loco es él. A veces me levanta a las tres de la mañana y me dice que me mee en su boca y, claro, estoy dormida y no estoy para esas cosas. Pero reconozco que cuando estoy sola y me masturbo pienso en correrme en su cara, mearme, que él abra la boca y se trague todo lo que salga. Me parece maravilloso y a él, igual. Es un fluido natural. Si te lo quieres tragar o no ya es otra cosa.

Lo que más me gusta de mi pareja es que está abierto a todo. Le he dicho que le voy a comprar una polla para follármelo bien, y no se ha echado las manos a la cabeza. A mí me encanta darle al tío y reventarle. Me encanta que me follen, pero follarlos también. A veces está tumbado y le digo: «Toma maricón, toma». Reconozco que su culo me pone. Aunque no puedes gritarlo a los cuatro vientos porque los hombres no quieren que la gente lo sepa.

Yo le he dicho que puede mearse encima de mí, pero no en la boca. También sabe que odio que me peguen. Lo máximo que puedo aguantar es un cachete en el culo, a veces me los doy yo misma. Pero si alguien me tirara del pelo más de cuatro veces lo más probable es que les reventase la cara con el codo. Las guarradas me van, pero las bofetadas no las soporto. Una vez un tipo me tiró de la coleta y tal cual lo hizo me giré. «¡¿Qué haces, imbécil? No vuelvas a tocarme en tu puta vida!». El chaval no lo hizo de mala fe, pero es que hay cosas por las que no paso.

Siempre pido lo que quiero y digo lo que no me gusta. Hay mucha falta de información respecto al chocho de la mujer. Y yo no quiero que me toquen de cualquier manera, me gusta que lo hagan bien y si no saben, les enseño. ¿A ti no te enseñaron a meter los dientes para hacer una mamada? Yo no lo sabía y un día mi ex me lo dijo: «Por favor, ¿puedes meter los dientes para dentro?». Y yo: «¿En serio?». Y él: «En serio. Mete los dientes y saca los labios hacia fuera». El pobre la tenía enrojecida. Hablar es la única forma de aprender.

Yo duermo completamente desnuda. En casa me llaman Mowgli porque me paso el día sin bragas. O he follado con mi pareja y no sé dónde las he puesto o me he lavado el chocho en el bidé y lo mismo. Sea como sea, me paso la vida sin bragas. Solo me las pongo cuando tengo la regla. Y otra cosa te diré: ¡follar con la regla es algo maravilloso! Yo he empezado a hacerlo ahora, antes no podía porque a mi ex le daba asco. Hablando contigo me doy cuenta de que tengo a un hombre maravilloso

al lado. Y yo le estoy pegando latigazos, le estoy echando de mi vida sin ser consciente; voy a arrepentirme. Mi ex me hizo coger muchas manías. A mí que no me vengan con que Eva comió la manzana y nos castigó a todas. ¿Saben los hombres la que nos ha caído a las mujeres con la puta regla?

Ahora en serio, cuando estoy con la regla voy muy cachonda. Y a mi pareja no le importa, si sale sangre como si sale caca. ¡Pero si es lo más normal del mundo! ¿Si me la metes por el culo qué va a salir? ¿Una flor? No me voy a hacer una lavativa antes de follar, como máximo, si tengo gastroenteritis le voy a decir que esa noche mejor pasamos del ojete porque podemos tener un problema.

Mi pareja no sabía qué era el sexo anal hasta que llegué yo y le dije: «Todos los agujeros son buenos». Flipó. Al principio me gritaba: «¡Cuidado, cuidado!». Y yo: «¿Qué? ¿Ha salido un almendrado?». Y nos reíamos. A mí el sexo anal me parece maravilloso.

Y otra cosa te diré: a los hombres les da asco la regla, pero les encanta que te comas su semen. ¿Cómo se entiende? Yo lo escupo porque es asqueroso. ¿Sabes qué he aprendido? Cuando él se corre, tiro de lengua que la tengo muy grande y lo escupo hacia fuera. Anoche mismo lo hice. Si no lo hago, echo la papa. Por no hablar de que me caiga en un ojo o en la piel, que yo no sé si es que soy alérgica o qué pero se me pone la cara fatal, el ojo rojo, la piel a ronchas… Esto no tiene que ir tan bien para el cutis como nos han contado. Francamente, cuando en el porno una chica le chupa la polla a un pavo y él se corre en su cara me aburre; es tan típico.

Lo que me pone es que disfruten las mujeres. Me gusta ver a dos tías comiéndose el potorro. También ver a una tía masturbándose o ver a un pavo follando con dos chicas. Pero, luego, cuando he tenido la oportunidad de hacerlo, no me apetece. Los tríos no me van. Y no lo entiendo, la verdad, porque yo no tengo ningún prejuicio en ese sentido. Quizá no ha aparecido la persona adecuada.

Tengo cuarenta y cuatro años y no he perdido la libido, pero mis circunstancias son las que son: el curro, el nene, la casa… Todo influye. Aunque me he dado cuenta de que no importa tanto la edad como el tipo de relación que tienes. Con el tiempo viene la confianza, la complicidad, añades juguetes y prácticas nuevas. Ahora mismo con mi pareja estoy aprendiendo un montón de cosas. Yo aprendo de él y él de mí. Porque cada uno es un mundo.

Nena, voy a tener que llamarlo: «Oye, niño, vente para casa esta noche que he acabado la entrevista y no veas cómo estoy».

SIRA

47 años, divorciada, dos hijos

«A mí el pim pam pum no me va. Los polvos rápidos te los regalo. Si un hombre entra en mi casa ya puede dejar las prisas fuera porque en mi casa el reloj no cuenta. Aquí vamos a disfrutar sin importar adónde lleguemos».

No me gusta decir tacos ni hablar de mis intimidades. Mis amigas se ríen, pero es que yo vengo de donde vengo. Fui a un colegio de monjas, las alumnas éramos todas chicas, íbamos con uniforme y nos pasábamos el día rezando. Jamás pensé que me divorciaría. Me casé a los treinta y dos y después de dieciséis años de matrimonio y dos hijos en común, exploté. No sé cómo ni por qué, pero, de repente, me sentía fuera de lugar. Pensaba: «¿Y ahora qué hago? ¿Cómo saldré de esta?».

Cuando empecé a salir con el que ahora es mi exmarido teníamos muy buen sexo. En aquella época los dos trabajábamos en el centro de Barcelona y teníamos dos horas para comer. Imagínate qué salidos estábamos que cogíamos el coche y bajábamos hasta mi casa, que está en la otra punta, para echar un polvo. Antes nos quedábamos sin comer que sin follar. El sexo siempre ha sido muy importante para mí. Sin embargo, durante años lo anulé de mi vida.

He reflexionado mucho sobre ello. Creo que, al principio, entre nosotros dos se encendió una llama. La mía no se apagó, pero la de mi ex sí. O quizá simplemente él es otro tipo de persona, más tranquila. De hecho, cuando le conocí fue justo esa tranquilidad lo que me atrajo de él. Creo que me enganché a él porque en ese momento de mi vida necesitaba un hombre que me diera seguridad o calma, llámalo como quieras. Pero con el tiempo esa calma acabó ahogándome.

Yo necesito movimiento, que me pasen cosas, y por el motivo que sea, en lugar de reclamar mis necesidades, me adapté a las suyas. Recuerdo irme a la cama cachonda mientras él se quedaba en el salón mirando el televisor. Lo que aún no me explico es por qué no le hablé de la frustración, la impotencia y la insatisfacción que me provocaba la falta de sexo. Supongo que no le di importancia. Pensé que solo era una fase, que ya le volverían las ganas. No lo sé, la verdad. Lo único que sé es que yo me estaba privando de algo que para mí era necesario. Después llegaron los niños y fue la hecatombe.

Estuvimos un tiempo intentando que me quedara embarazada, pero como no lo conseguíamos fuimos de médicos. El sexo pasó a ser una obligación. Algo que había que hacer tal día a tal hora, y siguiendo al pie de la letra un conjunto de indicaciones. Imagínate que el día que toca él tiene fútbol y llega a casa a las doce de la noche, a esa hora estoy cansada, pero la palabra cansada no puede pronunciarse y

hay que conseguir un embarazo cueste lo que cueste, así que para adentro. Nuestro matrimonio ya estaba medio muerto, pero esta fue la estocada definitiva. Y el sexo que tuvimos después… ¿cómo decirlo suavemente?, a mí no me movía. Lo más curioso es que en lugar de hablar con él, plantarme, hacer alguna cosa, lo que sea, yo continuaba para adelante. Esta actitud la tuve con mi exmarido y con el sexo, pero también la apliqué a otras facetas de la vida.

A lo largo de los años he apechugado con un montón de cosas que no me gustaban, porque cualquier carga que surja me la echo a la espalda. «Venga, que yo puedo con todo. Con esto, claro que sí. Y con lo otro, pues también. Esto, aquello y lo que haga falta». Cuando me di cuenta iba arrastrándome por el suelo. O la vida me pegaba un buen bofetón o no salía de allí. Porque aquellas cargas que me pesaban tanto eran las que yo misma había construido. Aquel era mi búnker: mi familia, mi profesión, mi casa, mis hijos. Había creado aquel mundo y, acorde a mi temperamento, lo tenía que hacer funcionar sí o sí, aunque en el fondo estuviera insatisfecha. Y creo que aquí hay una parte de carácter, pero también otra de educación y cultura.

Me considero una persona sexual y desde que me divorcié intento tener sexo con cierta frecuencia, pero, como necesito conectar con el otro y sentirme cuidada, no lo tengo fácil. Aunque se trate solo de un rollo de una noche, necesito sentir que soy especial para el otro, y no me sirve cualquiera. Si tengo que estar varios meses sin sexo porque no encuentro al hombre adecuado, pues espero. Lo que no hago ni he hecho nunca es estar por estar. Para mí el sexo es algo espiritual.

Soy piscis, un signo de agua. Traducido al sexo significa que, en la cama, me adapto. Solo reconduzco la situación si no me gusta el cariz que está tomando o si el tío es un cafre. Y desde que me separé, he empezado a pedir, aunque reconozco que me ha costado horrores. Primero, porque en la cama jamás hablaba, me gusta el sexo silencioso. Y segundo, porque cuando empecé a hacerlo me colapsaba, como el sexo me eleva, desconecto la mente, pero para hablar necesito ponerla y conectarme, con lo cual me resultaba muy difícil. Hará cosa de un año que he conseguido tener ese equilibrio entre elevarme y comunicarme con el otro.

Tengo un físico que a la gente le parece bonito y también tengo personalidad. Pero si te soy sincera cuando, después de divorciarme, tuve mi primera relación sexual, estas cualidades no me sirvieron de nada. ¡No imaginas cuánto sudé! El simple hecho de pensar que tendría que besar a un hombre me hacía temblar. ¡Un simple beso! Estaba preocupadísima. No pensaba en cómo iba a hacer sexo, solo en cómo iba a besar. Para mí el beso es lo más importante. Besar es la manera de saber si hay química. Y ya que estamos, deberíamos hablar del concepto erróneo que mujeres y hombres de nuestra generación tenemos acerca del sexo. Parece que cada vez que lo haces debas tener un orgasmo. Y creo que es a causa de esta idea que a muchas mujeres les cuesta llegar. La presión por correrte es tan fuerte que hace que te bloquees y acabes provocando lo contrario. Y esto lo sufren también los hombres, porque la presión a la que están sometidos hace que no se les levante, aunque ellos lo tienen más difícil para fingir.

Ahora estoy adentrándome en el sexo tántrico y mi objetivo no es llegar al orgasmo, sino disfrutar del momento sin prisas. Cuando voy a un restaurante que me gusta no me termino el plato en tres patadas, todo lo contrario. Lo que me gusta es

paladear cada bocado como si fuera el último. Se trata de vivir la experiencia completa: el ambiente del restaurante, la conversación con tu compañero, la comida… Y esta manera de abordar el sexo o la comida la extrapolo a cualquier faceta de la vida. Cuando algo me gusta intento vivirlo con la máxima intensidad y me centro en disfrutar del momento. A mí el pim pam pum no me va. Los polvos rápidos te los regalo. Si un hombre entra en mi casa ya puede dejar las prisas fuera porque en mi casa el reloj no cuenta. Aquí vamos a disfrutar sin importar adónde lleguemos.

No soy una mujer que se mueva por el aspecto físico, pero con el tiempo, y sobre todo después de separarme, me he vuelto muy exigente. No necesito que un hombre sea una hermosura, pero sí que se cuide. Algo tan básico como que si pasamos la noche juntos y quiere darme un beso de buenos días antes se lave los dientes, por ejemplo. O que escriba sin faltas de ortografía. De lo contrario automáticamente se me baja todo. Esto por un lado y del otro que me cuide. Con sentirme cuidada no me refiero a que me proteja, no lo necesito, sino que me tenga en cuenta. Que tanto en la cama como en la vida haya un equilibrio: una parte de dar y otra de recibir. Y otra cosa: necesito que los hombres también sepan qué es la espiritualidad. Para mí este es un aspecto importante de la vida y necesito que hablemos el mismo lenguaje. Si no es así, no vamos a conectar y yo no tengo ganas de perder el tiempo.

Si echo la vista atrás soy consciente de que en este aspecto he cambiado por completo. Una cosa buena de cumplir años es que sabes qué quieres. Al final, se trata de ponerle conciencia a tu vida, si no ¿qué estás haciendo? Yo trato de poner conciencia, tanto a mi vida como a mis relaciones. Pido el universo y no pienso conformarme con menos. La persona que me hizo la carta astral me dijo: «Lo tienes complicado, chica. Porque con tu personalidad, tus inquietudes, tu obcecación con la perfección y que, al mismo tiempo, te gustan los hombres con un punto de locura, porque si son demasiado cuadriculados no te van, quieres que sean interesantes y superhonestos porque tú con la mentira no puedes, que si no sé qué, que si no sé cuánto…». Y yo: «¡No me digas esto, por favor!». Pero tenía razón. Sé lo que quiero de una relación y cada vez tengo más claro qué quiero en la cama. O el universo me lo trae o no pienso perder el tiempo. Una cosa es tener veinticinco años y otra cuarenta y siete.

Te contaré una anécdota que me sucedió el verano pasado. Conocí a un chico. Quedábamos para ir a la playa y después echábamos un polvito. Sudar allí y sudar aquí. Total, que un día estábamos tumbados en la arena y me suelta: «No te enamores de mí». Cogí mi toalla, mis cosas y le dije: «¡Hasta luego!». Me ha venido a la cabeza porque este chico arrastra un trauma, y no lo va a trabajar conmigo porque yo paso. Hubiera podido continuar con él, nos lo pasábamos bien juntos, pero ¿para qué? *Next*. Quizá a los veinticinco lo hubiera intentado. Ahora ya no. También es verdad que siempre he tenido ese punto. Tengo un botón invisible y cuando me lo tocan, ¡boom!, pierdo las ganas. Mi dignidad es lo primero. Y cuando me voy, me voy. Nunca más se supo.

Me ocurre lo mismo al practicar sexo. Si el tema se pone denso…, ¡buf!, se me quitan las ganas. Y con denso no me refiero al sexo duro, sino al lugar desde el cual lo hace el tío. Por ejemplo: no tolero que me insulten. ¿Que me agarren del pelo?

Depende. Si el chico te está dando un buen morreo y te agarra por detrás, acercándote a su cuerpo, como poseyéndote con un solo beso, me gusta. Es una sensación que me remite a algo prehistórico y animal, pero me atengo a lo dicho. ¿Desde dónde está hecho ese movimiento? No es lo mismo agarrar del pelo a alguien desde el cuidado que desde la guarrada. No es lo mismo que te peguen un cachete en el culo a que te arreen un bofetón. La intención no es la misma, y se nota. También te digo que a mí no me va ni una cosa ni la otra. En estos gestos hay algo de macho alfa, una manera de exhibir que el hombre está por encima, que no va conmigo. Creo que viene del porno, como los escupitajos en la cara. ¡¿Perdona?! La próxima persona que entre en mi casa y me escupa en la cara sale disparada por la puerta. ¿Pero esto qué es?

Entiendo el sexo desde un fundamento claro: cuidarse el uno al otro. Vamos a hacer algo juntos, a conectar, a disfrutar, a intercambiar fluidos y lo que haga falta. Vamos a hacer algo muy íntimo. Porque abrirte al otro y mostrar tus cartas es algo muy íntimo. No voy a hacerlo con cualquiera. Quiero estar con alguien que me cuide, del mismo modo que yo lo cuidaré a él. Si no partimos de este lugar no me interesa, porque sé que no me sentiré bien. En el fondo todo es hablarlo, ¿no? Antes de hacer nada has de saber si a la otra persona le gusta. No puedes hacer lo que te da la gana. El sexo es cosa de dos, por lo tanto ha de ser consensuado y siempre hecho desde el respeto. No tienes que preguntar nada directamente porque al hacerlo te saca de allí, al menos a mí me pasa. Solo con escucharlo me pongo en tensión. Sin embargo, si no me dices nada y vas haciendo, me relajo y todo fluye. Si piensas demasiado, el sexo pierde espontaneidad y a mí me gusta que las cosas fluyan por sí solas.

¿Qué me pone cachonda? Infinidad de cosas. Me gusta que me toquen los pechos, que me besen el cuello, que me susurren en la oreja, pero si hay algo que me excita por encima de todo es que me chupen los pies. No es algo que pida, y jamás se lo exigiría a nadie. Pero cuando doy con un hombre que me tumba en el sofá, me coge el pie y empieza a chupármelo lentamente… ¡Ay, Dios mío! El pie está conectado con todas las partes del cuerpo y tocando cierto punto puedes actuar en los órganos y también en los sistemas. Para mí el pie es lo más.

El *sexting*, en cambio, no me dice nada. Una vez estuve enviándome mensajes a través de WhatsApp con un chico que vive fuera. Nada de fotos. Aquello fue un relato erótico en toda regla. «Cuando nos veamos quiero que me cojas y me tumbes encima de la mesa», ese tipo de cosas. No sé qué me pasó. Las palabras me salían solas mientras por dentro pensaba: «¿Qué estás haciendo?». Él no paraba de repetirme que estaba sudando y yo me puse a mil. Fue chulísimo. Lo que pasa es que este chico me dijo que cuando nos viéramos lo haríamos y luego nada de nada. Entonces me dije: «Vale. Se acabaron los diálogos sexuales». Tampoco estoy en Tinder ni uso aplicaciones para ligar.

Creo que usar la tecnología para tener encuentros sexuales es un modo de no dar la cara, como tener una vida paralela, y en mi opinión el mundo virtual es peligroso. No por el sexo en sí, sino por el anonimato. Tengo una cuenta de Instagram y hay un montón de tíos que me solicitan amistad. Hubo uno que empezó a darme likes como un loco. Después, me envió un mensaje de audio con voz seductora. Miré su perfil y

las conexiones que tenía solo para ver quién era. Este tío tenía la cuenta para ligar y yo a los tíos así: fuera, fuera y fuera. Facebook, en cambio, no es una aplicación para ligar y, mira tú por dónde, me ligué a uno a través de esta red social.

Acababa de entrar en la soltería y en mi cuenta de Facebook no paraban de salirme corazones. También recibí un mensaje en el Messenger. «Hola, ¿qué tal? Soy Pascual. Me gusta mucho tu perfil. Quizá te parezca atrevido, pero me gustaría conocerte». Le contesté que no, que yo era muy vintage. Tenía la sensación de que este chico iba muy rápido y yo necesito más tiempo, pero una de mis amigas lo conocía y me animó a quedar con él. Además, este chico me propuso un plan muy de mi estilo. Pensé que había hecho un escáner de mis perfiles en redes, y eso me gustó. No solo se interesaba por mi físico. Él me había mirado de verdad. Al final, acepté su invitación pero le puse una condición: quedar ese mismo día. El tipo alucinaba. Pero es que yo si me tiro a la piscina tiene que ser ya. «Aprovecha, chico, porque igual mañana cambio de opinión». Le escribí este mensaje un viernes a las cuatro de la tarde. Quedamos a las ocho.

Fue mi primera cita después de separarme y la primera vez en mi vida que quedaba con alguien sin conocerlo personalmente. Nos tomamos unas cervezas en un bar y después fuimos a cenar. Todo iba rodado. Entonces, en un momento dado, él se acercó con intención de besarme. Ya te he dicho que soy muy vintage, así que mi primera reacción fue apartarme. Estábamos en mitad del restaurante, con un montón de gente alrededor y todo iluminado. Yo soy una persona reservada y, sin embargo, me dije: «Nena, suéltate». Suerte que lo hice porque fue besarnos y verlo claro. Él no tenía ni idea, pero yo lo tenía clarísimo: esa noche terminábamos en mi casa. Lo que aún no sabía era cómo traérmelo desde el restaurante hasta aquí, pero de que me lo iba a traer estaba segura.

A mí no me va ni el sexo romántico ni el sexo duro, lo mío es el sexo consciente, y esto tiene mucho que ver con el tantra. El tantra es una filosofía, una forma de experimentar la vida que busca la plenitud a través de la conexión con uno mismo y con los demás. Y esto aplicado al sexo significa que lo importante no es la penetración, sino todo el ritual. El fin es sentir: la música, el aroma de la vela encendida, la atmósfera, la piel de tu compañero… Cuando abres los sentidos cualquier roce, por pequeño que sea, es éxtasis en estado puro.

De acuerdo con la mitología hindú el universo proviene de la unión de dos deidades opuestas: Shiva y Shakti. Por eso el sexo tántrico se basa en conectar con el otro y generar un flujo de energía entre los dos. Puedes ponerte en el lugar de la diosa todopoderosa o en la posición contraria, la del ofrecimiento al otro. Al fin y al cabo se trata de que la energía fluya. Y esto se consigue, entre otras cosas, a través de la respiración. A diferencia del yoga, donde respiras hacia dentro, aquí lo haces hacia fuera. Cuando yo inhalo mi compañero exhala y al revés. Así creamos un circuito, tanto de respiración como de energía. Es el clásico: dar y recibir. En este sentido es parecido al baile. Porque cuando bailas desconectas de lo externo para conectar con lo que hay dentro: el sentimiento de goce.

El sexo es muy guay. No sé por qué el ser humano lo está ensuciando con tanta mierda. Solo a través del sexo puedes llegar a conectar con otra persona de verdad. Practicando sexo he llegado a llorar de felicidad, de gratitud.

Hemos reducido el sexo a la penetración: entra, sale, entra, sale. Punto final. Tenemos a los penes y las vaginas estresados. Para mí el sexo es conexión, y eso no se logra solo con la penetración. Hablar, besar, sentir… El sexo verdadero es fundirse los dos en uno. El sexo te ayuda a liberar las tensiones y los muros que tú mismo has levantado, y en parte es gracias a la otra persona. Es el otro quien te ayuda a conseguirlo. Es una conexión de alma a alma. Al conectar con el otro te vas soltando, soltando, soltando y al final te liberas de todo. Seguramente a los veinte años no me hubiera sentido atraída por estas cosas, pero a la edad que tengo es diferente. Evolucionar es positivo, sea en el sexo o en la vida. Si doy con un hombre que sabe de sexo tántrico, estupendo, pero si no, tampoco pasa nada. Si veo que está predispuesto, ya lo encaminaré. El sexo tántrico es intuitivo. Aun sin conocer las técnicas concretas puedes entenderlo y sentirlo. Este chico que conocí a través de Facebook se fue de mi casa a las siete de la mañana encantado de la vida. No paraba de repetirme: «No sé qué has hecho, si han sido los mantras, el incienso o qué, pero no podía parar; estaba en éxtasis. Y todo lo has hecho tú». Me he dado cuenta de que, en el fondo, yo ya llevaba dentro el sexo tántrico. Solo que antes no sabía ponerle nombre.

No se lo he contado a nadie, pero creo que ya es momento de compartirlo. ¿Sabes qué me hizo abrir los ojos? Te parecerá absurdo, pero me visualizo en mi vida de antes —el ordenador, el teléfono, mi marido, los niños— y, de repente, una persona me pone la mano en la espalda. En aquel instante sentí rechazo. Pensé: «¿Qué está haciendo?». Sin embargo, no me aparté. No te sabría decir el tiempo que transcurrió, pero fue como si cayese una ficha, «la» ficha, y lo vi claro. ¿Dónde voy tan rápido? Para. Detente. Esta persona no lo sabe, si lo supiese alucinaría, pero fue a partir de ese momento que empezó el cambio en mi vida. Fue triste y bonito al mismo tiempo. De pronto, lo vi todo desde otra perspectiva, como si me estuviera elevando hacia otro lugar donde podría sentirme bien.

En ese momento era propietaria de una empresa y trabajaba con mi exmarido. La canguro entraba en casa a las ocho de la mañana y se iba a las siete de la tarde, cuando yo llegaba. Iba corriendo a todas partes, todo alrededor de mí era denso y me costaba respirar. Recuerdo que me metía en la cama, me tapaba con el edredón y me teletransportaba hasta dar con la persona que me había puesto la mano encima de la espalda. No te rías, va en serio. Era una sensación muy rara, como si esa persona y yo tuviéramos una conexión especial. Y ese momento y esa conexión hacían que me sintiera en casa. Es fuerte, ¿eh? Desconectarme de mi verdadero hogar para poder sentirme bien. Suena a locura, lo sé. Piensa que yo no tenía ni idea de qué me estaba pasando. Buscaba en internet, leía, miraba por todas partes, que si la reencarnación, que si esto, que si lo otro. Por suerte, poco a poco, las cosas fueron encajando.

Me di cuenta de que había creado una familia y una empresa con la que ganaba un montón de dinero, pero no era feliz. Jamás renegaré de mi ex. Es una persona estupenda, un padre magnífico y un hombre maravilloso. No se trata de eso. Se trata de mí, de que fui haciendo lo que se suponía que debía hacer —casarme, ser madre, crear un negocio, comprarme un piso— desde la inconsciencia más absoluta. Después de abrir los ojos pasé un año muy doloroso. Me pasé un año entero llorando. Cada día, cada día, cada día de aquel año lloré. Y después de las lágrimas llegó el

momento de desmontar la vida que había construido. Fue muy triste. Primero, darme cuenta de que no era feliz. Y segundo, no saber cómo había llegado hasta allí.

Mi cabeza explotó. Hizo cling y luego clanc. De golpe, yo era otra persona, y me desconecté de mi marido. Siempre habíamos sido comunicativos entre nosotros y, de repente, no nos entendíamos.

Tras separarme estuve un año y medio comiendo sano y practicando yoga. Lo último que me apetecía era beber o follar por follar. Estaba en otro plano. Fue una época de mirar hacia dentro, que viví como un reencuentro conmigo misma, con mi cuerpo, mi cabeza y mi corazón. Y durante este tiempo el tantra entraba y salía de mi vida.

Para mí fue como estar sola en el desierto. En una situación así no te queda más remedio que buscarte la vida, así me sentí yo. Pero en el camino fui encontrándome con oasis muy chulos. Iba buscando y, de repente, ¡espera, aquí hay algo interesante! Ha sido así hasta el día de hoy. Desierto. Oasis. Desierto. Oasis. Y aunque ahora ya no estoy en el desierto, sé que mi trabajo aún no ha terminado. Nena, ponte el mono, coge el pico y la pala y a cavar se ha dicho.

Mi tiempo como gusano que va arrastrándose por el suelo ha terminado. He vivido estresada, sacando la lengua, cargando con todo. Yo misma me presionaba, y eso me llevó a ser infeliz. ¿Qué vida es esta? ¿Qué mierda nos han vendido? No quiero ser una *wonder woman*. Yo soy una mujer de carne y hueso.

LIDIA

40 años, separada, dos hijos

«Quizá suene a tópico, pero que la plenitud sexual
de la mujer llega al cumplir los cuarenta
es una verdad como un templo».

He pasado muchos años creyendo que no era sexual, fueron los años en que estuve casada. Además, cuando era jovencita tuve una relación con un chico que era un capullo, como casi todos. Era el segundo chico con el que me acostaba, el típico de metesaca, y me dijo que yo era frígida. Estuve mucho tiempo pensando que tenía razón. Porque yo no sentía placer cuando teníamos relaciones sexuales, y pensaba que era culpa mía. Solo me bastó que me llamara frígida. Este comentario afectó a mi vida sexual durante muchísimo tiempo. Luego, con los años, te das cuenta de que el pavo no tenía ni idea y yo tampoco. Entre que no sabes exactamente en qué consiste el sexo, que tienes miedo y que no te atreves a pedir, pues te conformas.

De adolescente no sabía una mierda. Mi educación sexual fue la de búscate la vida. En aquella época todo lo relacionado con el sexo era una vergüenza. Además, tú misma te censurabas porque ¡ay, de la que solo llevara un mes y medio con el novio y ya hubiera echado un polvo!; esa era una puta. En aquella época ninguna chica se masturbaba. ¿Cómo que no? Claro que sí. Lo que pasaba es que no lo admitíamos en voz alta. El sexo era un tema exclusivo del hombre. Las mujeres estábamos muy reprimidas, y aún hay muchas que a nuestra edad siguen igual.

Hace tres años, cuando me divorcié, pasé por una fase en que no me apetecía tener sexo. Primero necesitaba arreglar mis cosas. Luego descubrí el sexo esporádico y me di cuenta de que soy más sexual de lo que siempre había creído. He tenido muchos complejos físicos y volver a desnudarme delante de un desconocido me ha ayudado a desinhibirme. Estoy en pelotas y si tengo una teta caída, tengo una teta caída. Este ejercicio es importantísimo para la autoestima. No pasa nada por tener barriga o las tetas caídas; todos tenemos cosas.

A lo largo de mi vida he fingido muchos orgasmos. Lo he hecho por ellos, para no herir sus sentimientos. ¡Eso es lo más fuerte! El sexo es para disfrutar. Y solo cuando cambias el chip, y entiendes que no es para procrear ni para complacer a tu marido, es cuando lo disfrutas. Porque ahora quedas con un tío y si te apetece te lo follas y no pasa nada. Da igual si lo has conocido esa misma noche, da igual si no lo vuelves a ver.

Ahora con mis amigas hablo sin tapujos: este de puta madre, a este no se le levanta, este tenía la picha gorda y corta. Me gusta esta época de mi vida porque las mujeres tenemos más experiencia, sabemos qué queremos y estamos desaprendiendo lo que nos habían enseñado. Quizá suene a tópico, pero que la plenitud sexual de la

mujer llega al cumplir los cuarenta es una verdad como un templo.

En mi grupo de amigas cada vez somos más divorciadas, y entre nosotras nos lo contamos todo. Es una manera de sacar las cosas fuera, de normalizarlas y de reírnos de las mierdas que te encuentras por ahí. Las mujeres hemos callado durante años y cuando compartes experiencias te das cuenta de que no estás sola. En realidad, todas estamos igual. Tenemos los mismos miedos, hemos pasado por las mismas situaciones embarazosas, hemos echado polvos que nos dejan insatisfechas, hemos fingido orgasmos y las hemos pasado canutas con la maternidad, que es otro tema del que debería hablarse más, porque es una mierda.

Yo ahora quizá no tendría hijos, esto no significa que a los míos no los quiera, pero es que los hijos te anulan como individuo. Cargas siempre con ellos, y si en la vida todo te va bien, estupendo, pero como las cosas te vayan mal y tengas hijos es una putada.

A las mujeres nos han vendido una moto que no existe y a nuestra edad ya estamos hartas. No me refiero solo al sexo y a la maternidad, también a la fantasía de la conciliación familiar y a la supuesta igualdad. ¡A ver, ¿qué me estáis contando?! En su momento me tragué la película entera, pero ahora ya no cuela. Las mujeres de nuestra generación queremos cambios verdaderos. Tengo una amiga casada que siempre repite la misma frase: «Si mi marido se acuesta con otra, me la suda tres pepinos. Casi mejor, un polvo que me ahorro». Para ella, es mejor tener una familia unida, aunque sea una mierda de familia, que ser una mujer divorciada. Imagínate cómo estamos.

Conocí a mi ex a los veinticinco años, y enseguida nos emparejamos. La primera vez que lo hicimos fue en este piso y duró diez segundos. ¡Diez segundos! Y antes estuve dos meses pelando la pava, él venía a mi casa con patés y películas francesas, pero de sexo nada de nada. Mis amigas no llamaban en toda la noche pensando que yo estaba dale que te pego y lo que yo estaba era dormida en el sofá, porque a mí el cine francés me deja frita. Fui yo la que se lanzó, que si no nada, y ya te digo ¡diez segundos!

Entre nosotros también hubo momentos de pasión, pero en general el sexo que teníamos era monótono. Y después se convirtió en el típico polvo de trámite. Él me decía: «Llevamos dos semanas sin follar, ya toca», y así terminas por perder las ganas. Al final, el tiempo entre polvo y polvo cada vez era más grande. Hasta que se convertía en una pelota enorme y yo acababa echando un polvo con él solo para que me dejara tranquila. Habría sido más fácil si en lugar de reprochármelo, mi marido se lo hubiera trabajado un poquito; quizá el resultado hubiera sido distinto. No lo hizo y, al final, terminamos en sequía total.

Comencé a petar por todos lados. Porque la vida que tenía no era la que quería. Me la estaban controlando, me la habían controlado demasiado tiempo. Además, ocurrieron cosas muy gordas y muy feas. Ahí fue cuando nuestro matrimonio saltó por los aires. En aquella época el sexo era la última de mis preocupaciones. No me apetecía, y mucho menos con mi marido. Mi vida se reducía a hacer de esposa y madre. El último año de matrimonio no follamos ni una vez. ¡Si apenas nos besábamos! Sin darte cuenta dejas de hacerlo y, al final, acabas solo con el pico de buenos días y buenas noches. Aunque para serte sincera, llegó un momento en que

morrearme con mi marido me daba asco.

Como mujer feminista que soy estoy aprendiendo que las cosas hay que decirlas. El problema es que aún hay muchos hombres a quienes no les gusta. Por ejemplo, no soporto comer polla y tener que ir escupiendo pelos que son duros, rizados y feos; se me baja todo. Pero mi ex nunca quiso depilarse, y claro, a mí no me apetecía chupársela. Lo hacía porque tocaba. En cambio, ahora he estado con hombres bien rasurados y ¡cómo cambia! Solo ver una polla bien arreglada te dan ganas de chuparla por todos los lados: huevos, pene, todo. He estado con tíos que me han tenido que apartar. Jamás me había pasado con mi marido. Su polla me daba asco. Y el sexo no te puede dar asco.

A su lado me convertí en una mujer sumisa, y eso que nunca lo había sido. Te pones en ese lugar poco a poco, sin darte cuenta, hasta que un día te miras en el espejo y no te reconoces. Miro fotos mías de hace cinco años y parezco una señora de cincuenta. Me daba igual mi ropa, mi pelo, mi aspecto… Me daba igual todo.

Él decía que nosotros habíamos dejado de ser pareja y nos habíamos convertido en amigos. No solo es mentira, sino que además creo que debería ser al revés. Para que una pareja funcione es vital ser amigos. Si él hubiera sido mi mejor amigo, yo habría podido decirle cómo me sentía. Si él hubiera sido mi mejor amigo me conocería tan bien que sabría perfectamente cómo iniciar una relación sexual. Sabría qué me pone cachonda y qué no me gusta. Las parejas no rompen cuando son amigos. Esto, lo primero. Has de ser amigos para reírte, apoyarte, cuidarte, compartir. Y segundo, además de amistad hay que tener en cuenta la parte sexual. Si no, sois compañeros de piso.

Estuve casada con este señor doce años y tenemos dos hijos, pero no somos amigos y me ha hecho pasar por un divorcio horrible. Pero con el tiempo he vuelto a encontrarme a mí misma. Tengo cuarenta años y un mundo entero por descubrir.

Una de mis amigas casadas me decía que aún podía conocer a alguien. ¿Dónde? ¿En la cola del súper? ¿Abordo a un señor y le propongo quedar para tomar unas cervezas? Me sentía una marciana. Llevaba muchos años viviendo apartada del mundo, sin hacer vida social. Recuperar a mis amistades fue relativamente fácil, pero, claro, tus amigas con hijos hacen vida familiar, todavía no conoces a las divorciadas, y tú te encuentras más colgada que un jamón.

Lo más fácil para conocer gente es quedar con amigos y salir por ahí. Eso o el puto Tinder. Así que esta pardilla se abrió una cuenta en Tinder. Es una aplicación muy criticada, pero, joder, somos adultos y sabemos a lo que vamos. Tinder sirve para follar. ¡Pues vamos a aprovecharlo! Tinder es muy divertido, porque los tíos intentan venderse y los calas enseguida. El tipo que sube la foto acunando a su gatito para que tú caigas y le des like. El superdeportista que escala, surfea, esquía… Estuve con uno. ¡Qué horror! Me pasaba fotos de lo que comía: brócoli y judía verde, con dos gotas de aceite y sin vinagre. También están los jipis rastafaris. ¿Qué quieres que te diga? No me veo follando en una furgoneta destartalada en la montaña rodeada de cuatro perros. Creo que ligar en Tinder se ha vuelto tan fácil que al final es difícil. *Next, next, next*. Vas pasando el dedo sobre la imagen, pero apenas te fijas y a ellos les pasa lo mismo. «No, habrá otra mejor». Pero no se trata de que sea mejor o peor. Se trata de que tú conectes con esa persona, y es complicado.

Me fijo mucho en las fotos porque es una manera de sacar información. Descarto todas las imágenes de torsos desnudos en lavabos cutres. No entiendo por qué lo hacen. En el lavabo se ve el rollo de papel, los chorretones en el cristal, los cepillos de dientes que necesitan un cambio, las toallas colgadas detrás. Y luego están las descripciones, que son buenísimas… Casi mejor que no pongan nada. Un tema que me resulta curioso es el de los niños. He observado que los hombres lo suelen añadir en sus perfiles. Ser padres y mostrar su amor públicamente les hace ganar puntos. Sin embargo, si una mujer dice en su perfil que tiene hijos no obtiene la misma aceptación por parte de ellos. Yo no oculto que soy madre, y más de uno y más de dos se ha esfumado en cuanto lo he hecho. Que yo sepa, Tinder es una aplicación para ligar, no para buscar padre adoptivo. Muchos tíos van de modernos y siguen siendo como nuestros abuelos. ¿Qué tenemos que hacer las mujeres? Dicen que ahora tenemos más libertad. ¡Mentira! Quizá podemos hacer más cosas que antes, pero seguimos cargando con las mismas responsabilidades y las mismas culpas. Por no hablar de que el estigma de la mujer divorciada todavía existe. «Se ha separado y ahora está follando con todo lo que se mueve». Pues sí, déjala que se divierta. ¿A ti qué más te da? Está follando lo que tendría que haber follado antes. ¿Qué pasa? ¿Acaso follar te convierte en mala madre? Estoy cansada de las fachadas, así fue mi matrimonio. De cara a los demás éramos la pareja perfecta, pero en verdad todo era falso. Ya no quiero hacer las cosas porque toca.

Ahora intento ser más egoísta, en el buen sentido de la palabra. Estoy más segura de mí misma. Tengo menos complejos. Sé lo que quiero y no me da apuro pedirlo. Sin embargo, me he encontrado a mucho hombre *perrete*, y yo necesito preliminares. A mí que se tiren directos a comerme el coño me frena. Yo quiero llegar a ese momento del calentón donde digo «métemela que ya no puedo más», pero a ellos les cuesta cambiar el chip.

Cuando no tienes pareja estable el sexo romántico no existe. Suele ser pasional o duro, llámalo como quieras. Yo de un polvo casual espero, ante todo, que sea divertido. Cuando te diviertes, te relajas y lo disfrutas más. Sin tensión lo demás viene rodado. Yo, por ejemplo, he sufrido unos cuantos percances. Un día llegué al trabajo y todo el mundo me preguntaba qué me había pasado. Y yo contestaba: «Nada, que este fin de semana he tenido fiebre». Y es que el chico con el que estuve llevaba una perilla que me dejó la cara en carne viva. Tuve que comprarme una pomada porque se me caía la piel a tiras. Pero, claro, en el momento no te das cuenta porque estás con todo el calentón.

Soy muy impulsiva, me traigo a casa a todo quisqui y luego pienso: «Nena, no vas bien». El año pasado conocí a un chico a través de Tinder. Básicamente, nos comunicábamos a través de mensajes de móvil subidos de tono. Quedamos para conocernos y cuando lo vi pensé: «¡Dios mío!, ¿pero qué he hecho». Tendría que haberle dicho que se fuera, pero como soy así tiré millas. No solo fuimos a cenar, sino que después le invité a subir a casa. Y fue buenísimo porque nada más entrar me dijo: «¡Qué casa más limpia!». Y yo pensé: «¿Cómo tiene que estar la suya para que me diga que la mía está limpia?». Una cosa es que te digan que tu casa es acogedora o luminosa, ¿pero limpia? Me saltaron todas las alarmas. No podía dejar de mirarlo de arriba abajo. Le di una excusa para no liarnos, aun así acabamos durmiendo

juntos. Incluso hubo un momento de toqueteo. Recuerdo que le acaricié allí abajo y era laaarga, estreeecha como un lápiz. Aparté la mano enseguida. Suerte que él no se lo tomó a mal. Lo peor es que al día siguiente no se iba. Y yo con el café en la mano rezando para que se largara. En cuanto salió por la puerta cogí las sábanas y las puse en la lavadora. Esta ha sido una de las veces en que me he dicho: «Mejor que nunca hubiera ocurrido».

Te voy a contar otra anécdota que me pasó con un tío al que llamo «el guionista salido», porque yo a los hombres les pongo motes. A este también lo conocí a través de Tinder. Ha sido una de las experiencias más surrealistas de mi vida. Era domingo, lo recuerdo perfectamente. Me invitó a tomar café en su casa. Llamé al timbre y el tipo me abrió con sus zapatillas de estar por casa. Lo primero que hizo fue enseñarme el piso, igual que un viejo. Aquí trabajo, aquí duermo, aquí tengo a la gata. Después del tour me preparó un café. Me lo estaba bebiendo y, de repente, el pavo se saca la chorra. Me quedé a cuadros. No solo eso, sino que además me preguntaba: «¿Te gusta?». Y yo: «¿Te la puedes guardar por favor?». Y él: «¿Pero te gusta?». No sé si hubiéramos follado o no, pero si lo primero que hace es ponerme el café y sacarse la chorra pensando que voy a amorrarme a ella va muy equivocado. La mínima posibilidad que tenía la aniquiló haciendo eso, porque yo no sabía si era un psicópata asesino o un pardillo. Lo único que me pasaba por la cabeza era salir de allí pitando. Por supuesto, ahí quedó la cosa. Hay mucho lerdo suelto.

Otro ejemplo de hombre que conocí a través de Tinder. Salimos un par de veces y un día me manda un mensaje invitándome a su casa a tomar unas cervezas. Total, me puse unas bragas brasileñas que me hacen un culo monísimo, y me fui para allí. Pasamos la noche juntos y al cabo de unos días le mando un mensaje proponiéndole tomar unas birras y me suelta el típico mensaje de «no eres tú, soy yo». Parece que todos los hombres usen el mismo mensaje tipo. Este pavo quería follar y punto. Y me parece bien, pero no me tomes el pelo.

Como soy una mujer separada tengo sexo esporádico porque necesito tener sexo y el que puedo encontrar es ese, pero es difícil follar a las mil maravillas con un desconocido. Las primeras veces son siempre como una primera vez. Me explico: tú ya no eres virgen, sabes qué te gusta y qué no, pero sí que es la primera vez con esa persona. Aunque tengáis buena comunicación no hay la complicidad que da el conocimiento mutuo. Si yo te conozco, te puedo pedir que me des unos cachetes, pero si es la primera vez que nos acostamos, no me atrevo por si se asusta. Lo que sí hago ahora que no hacía con veinte años es pedir. Una vez un chico terminó superrápido y se lo dije. «A ver, recupérate, tómate tu tiempo que yo sigo aquí y no me he enterado». Porque esta es otra: ellos están supersatisfechos y se quedan en la cama en plan estrellita de mar, mientras muchas veces tú estás caballito aún.

Yo quiero un empotrador, y no me refiero a un tío guapo y cachas. No tiene nada que ver con el físico. Un empotrador es un tío seguro de sí mismo que sabe cómo hablarte, qué decirte, el modo de agarrarte. Un empotrador sabe perfectamente qué botón tocar para que te enciendas. No tiene prisa, le gusta calentarte y se esmera en ponerte a cien. Tu placer es importante para él. Un empotrador te acaricia, te lo come, te habla. Por eso cuando te la mete te corres en cinco minutos. Estuve con un pavo así y dices: «¡Hostia, madre mía!». Si no fuera por este pavo, no sabría que

tengo la capacidad de correrme varias veces. Él no paraba, y yo otro, y otro y otro. Me corrí cuatro veces. Jamás me había pasado. Y esto te engancha. ¿Cómo no va a engancharte?

Cuando me separé me planteé el tipo de relación que quería y, por ahora, tengo claro que nada serio. Estoy muy bien sola. No me imagino tener a un tío pululando por mi casa. Lo ideal sería tener un follamigo fijo. Alguien con el que te vas de birras y te lo pasas genial, y si follas bien y si no follas también. Para mí es la relación ideal, pero no me sale, chica. Ojalá. ¿Sabes qué pasa? A la tercera vez que le dices a un tío «vamos a quedar» se piensan que quieres el anillo. Si además eres una mujer divorciada con hijos, ni te cuento. Entiendo que antes a las mujeres las educaban para casarse y pillar un buen partido, pero los tiempos han cambiado. Los hombres también tienen muchos prejuicios que deberían revisar.

¿Sabes dónde he ligado últimamente? En Twitter. Tengo un perfil divertido, con mucho cachondeo y mucha tontería. Aun así he recibido varios mensaje privados de chicos que querían rollo conmigo. Es mucho más fácil que en Tinder, porque en Tinder para hablar con alguien necesitas hacer un match y en Twitter es automático. Envías un mensaje privado y ya. Al chico con el que estoy ahora lo conocí así. Empezamos a hablar y poco a poco surgió tema. Aunque ahora, no sé muy bien por qué, hemos pasado del sexo a los abrazos. Por eso a este lo llamo Gusyluz. Mis amigas se ríen de mí porque les parece un cardo. Ellas le llaman «el Bolsas», por las bolsas de los ojos. Reconozco que lo ves por la calle y no te giras, pero es que a mí me pone su personalidad. Me da igual si un hombre es alto, bajito, calvo o con barriga. Gusyluz es mayor y además está estropeado, pero a mí me encanta cómo funciona su coco. Además, últimamente me he dado cuenta de que me gustan los señores. George Clooney, Bruce Willis, Sean Connery. Solo he estado una vez con un chico más joven y fue patético.

Lo que pasa es que es una relación de lo más extraña. A Gusyluz le conocí durante el confinamiento y hemos quedado varias veces. Las primeras siempre hubo sexo, pero ahora pasamos la noche juntos sin follar. Estoy asumiendo que él tiene un bloqueo a nivel sexual e intento no rayarme más de la cuenta. Según dice, ha asociado el sexo a algo esporádico y sucio. Por eso folla con otras, pero conmigo no puede. A mí me parece muy raro, pero no quiero insistir. Así que estamos en este punto: él me busca, quedamos, nos abrazamos, incluso nos besamos, pero nada más. Quiere ir a un terapeuta. Yo me río. Tengo que reírme. Porque además él necesita contarme si se ha acostado con otras. No tenemos nada serio. No tiene por qué darme explicaciones. Evidentemente, me gustaría que folláramos, pero de momento me conformo porque él me gusta. Reconozco que si esto me hubiera sucedido de joven lo más seguro es que no hubiera podido soportarlo porque nos educan para tener una relación monógama y fiel, pero es que el sexo es una cosa y el amor otra.

A mí me gusta usar la metáfora del bolso mediano para todo, porque en un bolso grande no encuentro las cosas y en uno pequeño no me cabe todo lo que quiero poner. Lo mejor es un bolso mediano, y este concepto lo aplico a bolsos, hombres, relaciones y penes. Tuve un amante que estaba muy bien dotado, y al mismo tiempo que te follaba te arreglaba las cervicales. No quiero un pollón ni tampoco una polla muy pequeña porque no la notas. ¿Sabes qué me pasó una vez? Lo estaba haciendo

con uno, y yo aquello no lo notaba en absoluto. ¡Pues no va el tío en medio de la faena y me suelta que tengo el chocho grande! Me levanté de golpe y le dije: «¡Perdona! He parido dos hijos. ¿Qué esperas?». Me salió del alma. Aunque lo que le tenía que haber dicho es: «No es que yo tenga el chocho grande es que tu polla es corta y pequeña. Y llevo rato intentando abrazarla con todas mis fuerzas con las paredes de mi vagina para que no se me escape».

Luego, está el tema del condón. Ponle tú a un hombre de cuarenta y pico un preservativo. ¿Qué les pasa a los hombres de esta edad que se les baja? Seamos sinceras, con una polla que no está dura no disfrutas igual. No entiendo la reticencia que tienen la mayoría de los hombres a tomar pastillas. Los hombres deben asumir que a partir de cierta edad necesitan ayuda farmacológica. No pasa nada. Por más libido que tengas, es algo del propio cuerpo. A mí se me caen las tetas y no es el fin del mundo.

Me ha pasado tres veces que se me quedara un preservativo dentro. Tres. Con el mismo tipo. ¡Muy surrealista! Al final, con este chico cuando lo hacíamos ni siquiera disfrutaba. Fue una experiencia desagradable, la verdad. Supongo que este personaje y yo no congeniábamos.

Prefiero ver porno y masturbarme que estar con tipos así. La primera vez que miré porno debía tener trece o catorce años, y fue porque le pillé unas cintas VHS a mi padre. En la cinta ponía «documental de elefantes». Flipa. Lo que encontré fueron a unas monjas masturbándose con un palo con la cara de Jesucristo. ¡Hostia, mi padre! Le ponían las monjas. Siempre que estaba sola en casa iba a buscar estas cintas VHS. Era toda una movida porque tenías que acordarte de en qué momento justo habías puesto la película para luego rebobinarla y dejarla exactamente en el mismo punto. Estas cintas fueron mi primer contacto con la pornografía. Recuerdo sentir miedo, excitación y culpabilidad; todo al mismo tiempo. Ahora entras en YouPorn y tienes de todo.

Un día mi hija de doce años encontró mi Satisfyer y me preguntó: «¿Esto qué es, mamá?». Le respondí que era un estimulador de clítoris que se usa para masturbarse. Y de paso aproveché para preguntarle si ella ya lo había hecho. «¡Mamá, para!», me dijo toda avergonzada. Y yo: «Pues no haber preguntado. ¿Qué quieres que te diga? ¿Prefieres que te mienta? ¿Mejor si te digo que es para darme un masaje en la cara? Cuando quieras uno te lo compraré porque el mío es mío, y esto no se comparte». Mi hija se partía. Intento hablar de estos temas con ella con naturalidad. No quiero que le pase lo que me pasó a mí. La información es poder. Las mujeres de nuestra generación asumimos muchas situaciones vejatorias que son inaceptables. El chiringuito del patriarcado se ha basado en nuestra ignorancia y nuestro silencio. Pero ahora las mujeres cada vez hablamos más y no queremos callarnos. Esto es lo que significa sororidad. Porque si a mí me pasa algo y me lo guardo, estoy contribuyendo a que siga ocurriendo. Hay que pararles los pies, y si hace falta denunciar.

Una vez, de muy jovencita, estaba en la discoteca y fui al baño a mear y, de repente, alguien llamó a la puerta. Abrí porque creía que era una de mis amigas, pero era un tío. Me encerró, empezó a desabrocharme los pantalones y a meterme mano. Solo recuerdo salir y bajar las escaleras corriendo. Ni siquiera podría decirte

la cara que tenía. Lo único que pensaba era en huir de allí como fuese. Creo que, quien más, quien menos, toda mujer ha vivido una situación similar, y lo peor es que las normalizamos, asumíamos que los hombres eran así y nos resignábamos. Ya no.

¿Por qué tenemos que aguantar esas mierdas? Tengo derecho a ponerme falda y también a emborracharme y esto no le da derecho a nadie a agredirme. Las mujeres no somos objetos. Si estás cachondo, te masturbas o te compras una muñeca hinchable y le metes tu polla al plástico. Ellos tienen necesidades, muy bien. ¿Acaso nosotras no? Yo también veo tíos que pienso: «¡Joder, cómo está!», pero no lo abordo en una calle oscura y lo violo. El sexo no es un derecho, ha de ser consensuado.

TAMARA

43 años, casada, una hija

«No creo que el sexo se vuelva aburrido con la edad, lo que pienso es que se vuelve escaso».

Me enamoré por primera vez a los dieciocho años. En aquella época a las chicas nos educaban para ser pasivas, obedientes y sumisas. Estaba muy mal visto que dieses el primer paso, pero a mí no me gusta perder el tiempo ni sentir que estoy en inferioridad de condiciones. Por eso fui yo quien le pidió salir a mi novio. Al cabo de un tiempo lo hicimos. No fue muy bien porque él tenía un pollón, y me dolía. Me dejaba heridas en el pellejo y cuando iba a mear me irritaba. Él y yo lo hacíamos, pero no experimentábamos: ni sexo anal ni juguetes sexuales ni nada por el estilo. Nos besábamos durante horas, eso sí.

Cuando terminamos, me acosté con varios chicos. Y ya que estamos, me gustaría hacer una mención especial al chico más feo con el que he estado y uno de los que más me ha hecho gozar en la cama. Tenía mucho morro, no se cortaba un pelo. Este chico compensaba su falta de atractivo con una seguridad en sí mismo que lo hacía irresistible. Sabía perfectamente cómo tocarte y qué decirte para que te excitaras. Me ponía muy muy cachonda. Solo he hecho sexo anal con mi marido y con él. Pensaba: «¡Joder! ¿Cómo puede ser?». Fue sencillísimo. Tenía veinticuatro años y disfruté como una loca. El sexo anal es difícil. Cuesta más que entre por el culo, y si el chico no está muy seguro se le baja la erección. Por más que te haya estimulado en cuanto saca la polla se cierra el agujero y debe volver a abrirlo. No es como la vagina, que está permanentemente abierta. Con el sexo anal me corro enseguida. Ayer mi marido me folló y al mismo tiempo me metió los dedos en el culo; duré cinco minutos.

La primera vez que él y yo hicimos sexo anal y vi las sábanas sucias quería morirme. ¿Esto ha salido de mi cuerpo? ¡Qué horror! Desde entonces coloco una toalla. Y siempre le digo que antes de ponerse a dormir se lave las manos, porque a veces se despista y al cabo de un rato me abraza; me da mucha angustia. Si me mete los dedos en el culo y luego en la vagina no puedo evitar preguntarle con qué dedo lo está haciendo. Pienso en las infecciones y me da yuyu. Muchísimas veces he pensado en metérselo yo a él, porque si a mí me encanta, supongo que a él también le gustará. Siempre lo pienso, pero al final no lo hago; me da corte. Lo mismo, con mis amigas. Jamás se me ocurriría preguntarles si les gusta el sexo anal.

Hablaba más de sexo con ellas cuando teníamos veinticinco años que ahora. En aquella época nos lo contábamos todo. ¿Te ha metido el dedo? ¿Y cuántos dedos? ¿Te ha dolido? Ahora llevamos mucho tiempo casadas y parece que hablar de estos temas sea traicionar a nuestros maridos. En realidad, ni siquiera sé si están bien en sus matrimonios. Tengo la sensación de que hacer esta pregunta sería como abrir la

caja de Pandora. Hay cosas que nadie se atreve a decir en voz alta. Si lo dices corres el riesgo de hacerlo real, ¿no? Con la única amiga con la que hablo de sexo sin tapujos es una que está soltera. Ella es muy guapa, aunque hace unos años nos fuimos de vacaciones a Cuba y la pobre no se comió un rosco. En cambio, yo ligué un montón.

Y que conste: creo que si hubiera tenido otro físico, habría follado mucho más. Aun así, doy gracias por el sexo que he tenido en mi vida. Bastante que he follado. Yo nunca he sido una tía buena, yo era la simpática de mi pandilla. Mis amigas me llamaban la ONU, porque cuando íbamos a una discoteca me entraban todos los morenos. Musulmán que había en el local, musulmán que intentaba ligar conmigo. Me pasaba igual con los negros.

También te diré que algunos chicos me rechazaron por el simple hecho de no estar suficientemente delgada. Les gustaba mi forma de ser, pero mi físico no les atraía lo bastante. Al menos, he tenido esa sensación. Aunque de jovencita tampoco salía a ligar, salía para pasármelo bien. Podría haberme sacado mucho más partido: maquillarme, vestir sexy, usar tacones… Pero es que yo veo el esfuerzo que hacen las mujeres por estar guapas, y me da pereza. Alisarse el pelo, ponerse cremas, comprar trapitos.

No soy presumida. Además, me miro en el espejo y me veo bien. Me gusta el tono canela de mi piel y lo suave que es. Me gusta la simetría de mi rostro. Me gustan mis manos, porque las tengo finas, igual que los brazos, y no tengo barriga. Me siento como el buen vino. Ahora me pongo pantalones cortos, cosa que con veinte años era incapaz. Yo era de las que llevaba siempre un jersey atado en la cintura para tapar el culo. En cambio, ahora estoy a gusto con mi cuerpo. Puedo ir con las piernas peludas y me la suda.

El único motivo por el que me gustaría estar más delgada es que me encantaría que me empotrasen contra la pared. Disfruto cuando mi marido me coge las piernas por detrás y estoy a punto de darme un cabezazo en el cabezal de la cama. Tengo una amiga de complexión menuda, parece un pinchito moruno, y a ella la cogen y le dan la vuelta como si nada. Yo peso sesenta y tres kilos. Soy una mujer grande. Me pueden coger, pero no en plan muñeca. La culpa es de las películas. Nos hacen creer que follar así está a la orden del día, y seguro que es más complicado e incómodo de lo que nos imaginamos.

A mí me gusta el sexo: es un momento de disfrute, conexión e intimidad, y además es gratis. Aunque en ocasiones, al menos para mí, es solo un desahogo. A veces lo único que quiero es que mi marido me la meta. Punto. Me da igual si se corre pronto. Me importa un comino si un día el polvo dura diez minutos, mañana dura siete y pasado quince. Si estoy cachonda quiero que me follen. Cuando estoy follando no soy hija ni hermana ni esposa ni madre. Cuando follo soy solo yo. Eso sí, después de tener un orgasmo no soporto que sigan tocándome.

Aunque con mi marido jamás hemos echado dos polvos en un mismo día. Y no creo que sea por mí, sino por sus limitaciones mentales, porque yo sí lo he hecho con otros chicos. Nosotros ya no follamos día sí y día también, como hacíamos al principio. Y yo necesito un polvo rápido para descargar, aunque luego me gustaría poder echar otro más intenso, con la calma. Me gustaría hacer las dos cosas: primero

follar y después hacer el amor. Si hemos echado un polvo rapidito a la hora de la siesta, ¿por qué no podemos hacer el amor por la noche? La verdad es que añoro el polvo mañanero, desperezándonos, tocándonos sin prisa, mezclando los fluidos, pero entre semana es complicado y el fin de semana queda lejos. Por eso, como solo lo hago una vez, prefiero follar. Más vale pájaro en mano que cien volando, ¿no?

Mi marido y yo solemos hacerlo una vez por semana, a veces son dos y a veces podemos estar diez días sin sexo. Si fuera por mí follaríamos más. Lo que ocurre es que después de acostar a la niña, nos metemos en la cama y a menudo estoy cansada para empezar nada. Si él comienza, siempre me animo, pero reconozco que empezar me da pereza. Tengo ganas de hacerlo, pero también quiero mi momento.

No me da palo follar, lo que me da palo es dejar de hacer las cosas que quiero hacer, como leer o ver una serie. Y muchas veces me encuentro en la tesitura: ¿qué hago? ¿Lo toco o no? Porque si follamos y luego apagamos la luz, pierdo mi momento. Queda feo ponerte a leer o a ver una serie después de follar, como que se pierde la magia del instante. Entonces, tengo que escoger. Este es el primer momento del día en que nadie espera nada de mí, ni mi jefe ni mis compañeros de trabajo ni mi hija. «Mamá, mira qué he hecho. Mamá, tengo hambre. Mamá, tráeme la leche. Mamá, mamá, mamá». Por eso después de acostarla me apetece estar a mi bola. Además, no estamos hablando de un polvo de tres horas, y pienso: «¿Voy a sacrificar mi momento de relax por un polvo de veinte minutos?».

Lo veo como la pirámide de las necesidades básicas. En la base están: comer, dormir, cagar; actividades que son esenciales para la vida y a medida que subes estarían las demás: follar, quedar con las amigas, ir al gimnasio. Cuando tienes veinte años te sobra la energía y puedes hacerlo todo. A los cuarenta, y más siendo madre, tienes las horas ocupadísimas. Yo llego del trabajo pasadas las siete. Toca hacer la cena, leer el cuento, lavarse los dientes. Las obligaciones familiares te dejan poco tiempo libre y reconozco que, a veces, sacrifico el polvo por esa hora y media de relax individual.

Antes de tener a la niña le dije a mi marido que cada día teníamos que morrearnos, al menos una vez. Porque si no llega un momento en que solo te morreas cuando follas. También le propuse hacerle una mamada cada mañana. Madrugo mucho, así que lo tengo fácil. Ayer, por ejemplo, estaba en la ducha y él entró a lavarse los dientes. Salí y le dije: «Ven, que te la chupo un rato». Es una buena forma de empezar el día. Eso sí, el semen me lo habré tragado dos veces en la vida. Cuando mi marido se corre en mi boca voy directa al baño a escupir. Si a él le pusiera que me lo tragara lo haría por él, podría vivir con eso, pero si no es necesario, lo escupo. Nunca hago nada que no quiera hacer.

Llevamos quince años juntos y él sigue atrayéndome un montón. Lo miro y pienso: «¡Pedazo de hombre que tengo!». Le conocí en plena efervescencia del hombre metrosexual. Mi marido es el típico tío que usa cremas faciales y se depila todo el cuerpo, incluso las cejas. Me encanta que vaya todo depilado. Tiene una piel supersuave. Me pasaría horas acariciándole. Y me gusta verle las piernas fibrosas, marcando gemelo. ¡Ya querría yo tener esas piernas! No solo eso, además se cuida un montón: va al gimnasio y lleva una alimentación saludable. A veces siento que debería esforzarme más para estar a su altura porque yo no pararía de comer patatas

fritas, de tomar el aperitivo y pedir comida al japonés.

Jamás he fingido un orgasmo, lo que sí he hecho es exagerar para levantar ánimos. Además, generalmente, ellos se corren antes que nosotras. Por lo tanto, ni siquiera hay que disimular. Cuando estaba soltera si un tío se corría sin que yo hubiese llegado se lo decía claramente: «La próxima vez trabájatelo más». Ahora que lo pienso quizá este sea el motivo de que mi marido sea inseguro en el sexo. Como me conoce y sabe que no le voy a mentir…

De hecho, nunca me lo pregunta. Me dice: «No te has corrido, ¿verdad?». No sé por qué lo hace, podría ahorrarse la frasecita. Queda feo decir que no te has corrido. Aunque también podría seguir, que siempre se está a tiempo. Para llegar al orgasmo necesito que me estimulen el clítoris. Si mi marido me penetra y me mete los dedos en el culo me corro fijo. Digamos que con el pack —tetas, clítoris y culo— hay orgasmo asegurado.

¿El misionero? Si él se tumba encima de mí y apoya la cabeza a un lado, no me dice nada. Pero si se tumba, me toca las tetas, me besa, me chupa detrás de las orejas o me levanta una pierna, entonces ya me gusta más. Aunque mi postura preferida es a cuatro patas. Lo único que echo de menos cuando me pongo así es el contacto con el otro. A cuatro patas corres el riesgo de convertirte en un agujero, pero si te incorporas un poco, él ya puede agarrarte o cogerte del pecho, y eso mola más. También me pone mucho que mi marido me dé un cachete en la nalga. Y si me escupe en el culo ni te cuento. Otra cosa que hago mucho cuando estoy a cuatro patas es preguntarle qué ve. Cuando me dice que está viendo su polla entrar en mi coño muero de placer. Es como ver una película porno. El oído me excita. Odio follar en silencio.

Cuando conocí a mi marido, él ya tenía un pasado. Había salido mucho de fiesta y había tenido un montón de experiencias sexuales. Iba con sus amigos al Bailén 22, el club de alterne más conocido de Barcelona. También había estado en locales de ambiente, en discotecas gais e incluso una vez fue a una sauna, porque tenía un amigo que acababa de salir del armario y lo acompañaba a estos lugares. Sin embargo, cuando nosotros empezamos a salir no se le levantaba. Yo estaba muy tranquila porque, independientemente de mis inseguridades físicas, he vivido el sexo con naturalidad. Siempre que me he acostado con un tío he disfrutado del momento sin complejos ni manías. Por eso sabía que era perfectamente capaz de dar placer a un hombre. Él me decía que yo le gustaba mucho, pero que llevaba un tiempo largo sin sexo porque, a diferencia de sus colegas, a él no le molaba ir de putas. Él era un fiestero diferente al resto. Y te digo de verdad que a mí no me importaba que no se le levantase. No me generaba ni ansiedad ni miedo. Lo único que quería es que me dijese cómo se sentía porque me gustaba mucho y quería construir algo serio con él. Si lo único que me hubiera importado fuese un polvo me habría buscado la vida, pero yo sentía que allí había algo más. Mentalmente me sentía fuerte, así que sus problemas de erección no me hicieron dudar de mí misma.

Mi marido siempre ha sido muy bueno tocando, muy bueno, y compensaba una cosa con la otra. Recuerdo que al principio para comerme el coño me montaba un altar. Yo me sentaba encima, él liaba un canuto, me lo daba y decía: «Ahora, relájate». Evidentemente, no es lo mismo que un tío te esté comiendo el coño y veas

que la tiene dura como un palo a que la tenga a media asta. Aunque te diré algo: a mí me gusta que se me haga grande en la boca. Esa sensación de metértela en la boca morcillona y notar como se va poniendo dura como una roca me vuelve loca. Más allá de eso, él lo daba todo por mi placer y me procuraba unos orgasmos de miedo. Y no sé muy bien cómo, pero poco a poco, la cosa empezó a funcionar. No recuerdo haber hecho nada especial para arreglarlo. Simplemente, sucedió.

La verdad es que ningún hombre me pone como me pone él. ¿Sabes una de las cosas que más me excita de mi marido? Verlo conducir. Al principio de salir fuimos de vacaciones a Marrakech. Estábamos en medio de la plaza de Jamma el Fna, y verlo conducir tranquilamente en mitad del caos, del griterío de la gente y los pitidos de claxon, sacando la mano por la ventanilla para hablar con un transeúnte mientras alrededor pasaban los carros, el burro de turno y un ciclomotor con tres personas encima, me dejó atónita. Parecía que estuviese bailando con el entorno. No se despeinó ni se alteró lo más mínimo. Si sabes conducir tranquilo en una situación así, me voy contigo al fin del mundo, chico. En otra ocasión, aun no vivíamos juntos, pasó a recogerme por casa en el Porsche de un amigo. Recuerdo que me monté y en cuanto estuvimos en la carretera empecé a chupársela. No lo olvidaré en la vida. De eso hace un siglo. Ahora apenas salimos. No vamos a bares ni a discotecas ni a ningún sitio. El morbo queda reducido a casa. ¡Ya ves tú qué morbo!

Yo tengo una parte exhibicionista, el problema es que mi marido no me sigue el juego. A él le cuesta mostrar afecto en público; es una putada. Me gusta morrearme delante de la gente. ¿Qué pasa? Méteme la mano en el culo también. ¿Quién nos va a decir algo? Probablemente, los que nos vean estén deseando hacer lo mismo. Hace poco fuimos a una boda, yo había bebido e iba un pelín achispada, lo hubiera hecho en los lavabos, pero por desgracia a él este rollo no le va. Mi marido no es exhibicionista, pero tiene un pensamiento radical, y eso me atrae mucho. Me gusta la gente que tiene personalidad y toma decisiones a contracorriente porque yo soy una persona conservadora. Me gusta la gente que, como él, tiene sus propias opiniones. Aunque, a veces, no las comparta. Hay que tener confianza en uno mismo para ir contracorriente, y eso me mola mucho.

A veces me da apuro porque estamos los dos en la cama, cada uno con su tableta, él mirando documentales y yo viendo a una tía abierta de cuatro patas. Nosotros no somos de mirar porno, pero a mí sí que me gusta ver series sensuales y hay escenas que me ponen muy cachonda. He leído tropecientos mil libros de literatura erótica donde hay sexo duro, orgías, intercambios, de todo y más. En ocasiones me pongo tan cachonda que tengo que dejar el libro y pedirle a mi marido que me folle.

Normalmente en la cama lo dejo hacer, soy cero mandona. El único momento en que digo algo es cuando estoy a punto de tener un orgasmo y él cambia de postura. Creo que lo hace porque no quiere acabar tan rápido, pero es que yo prefiero correrme, sobre todo si estoy a punto. «Mantenme ahí, coño, que vamos bien». Llega un momento en que parece una batalla, cada cual tirando para un lado. Si tomara yo el control me pondría encima y marcaría el ritmo. Lo que pasa es que él entonces estaría vendido.

Y claro que me gustan los preliminares, pero un martes a las diez y media de la noche no me importa que rasque. A esa hora vamos a lo que vamos: un polvo rápido.

Si rasca cambiamos la postura y listo. El problema de los tíos es que van directos a los genitales. En mi opinión la parte trasera del cuello está poco explotada, y es mi preferida. Si me besan ahí me enciendo enseguida. Prefiero que me laman el cuello a que me masturben. También me da placer que me pellizquen las tetas, aunque creo que es una zona idealizada. Mi marido se puede tirar horas sobándome los pechos y yo siempre le digo que el cuerpo tiene más partes. A mí, por ejemplo, me encanta tumbarme y que él me masajee el culo. Entonces voy notando cómo se me abre, y esa sensación me pone a mil. Pero volvemos a lo mismo: es una cuestión de tiempo. Si dispongo de tiempo me encanta que haya preliminares, pero cuando estoy sufriendo por si la niña se despierta me los salto. Cuando tienes niños follar se complica.

Cuando la nena era pequeña solíamos aprovechar el momento en que la poníamos a echar la siesta. Ahora, la dejamos sola jugando en su cuarto y somos nosotros los que nos vamos a nuestra habitación, pero es un polvo de desahogo porque nunca me puedo relajar del todo mientras de fondo escucho a la niña pidiéndome que vaya a jugar con ella. El otro día, se quedó a dormir en casa de una amiguita. Mi marido y yo salíamos a cenar y acabamos follando en el suelo del comedor. Eso sí que me gustó. No estaba pendiente de nada más que de nosotros. El buen sexo suele ocurrir cuando no hay niños de por medio, y esto en mi matrimonio sucede muy poco. Nuestra hija acaba de cumplir ocho años y desde que nació apenas hemos salido los dos solos. Mis padres están muertos, mis suegros son mayores y mi marido no quiere tirar de canguro.

Me gustaría darle un poco más de caña al sexo que tenemos. Introducir juguetes, nuevas prácticas, inventarnos alguna historia. Siempre tengo en mente comprarme lencería sexy, aunque luego no lo hago. No soy cuidadosa y esta ropa tan delicada tiene su qué. Además, hay prendas que aprietan demasiado, puntillas que se te clavan y blondas que rascan. Por no hablar de que no puedes usarlas cuando tienes la regla. La verdad es que últimamente solo uso braguitas blancas de algodón. Tienen su punto, no creas.

Hace años una amiga me regaló un vibrador de color lila que era la bomba, pero no sé dónde está. Ha desaparecido. También me falta otro más pequeño con forma de delfín y los disfraces: un vestido de rejilla, un traje de animadora. Lo guardaba todo en una bolsa y no la encuentro por ningún lugar. Es muy raro. Creo que nos lo mangó la señora de la limpieza. Este vibrador lila nos dio mucho juego, lo usábamos para el sexo anal. A mí jamás se me hubiera ocurrido comprarme un vibrador, en aquella época no estaban tan de moda como ahora, pero la verdad es que lo usamos un montón.

A veces hemos pensado en ir a un *sex shop* que hay en Las Ramblas que tiene cabinas, pero nunca hemos llegado a dar el paso. Creo que me excitaría ver follar a los demás, y que me viesen a mí también. Otra cosa que me llama la atención son los clubs liberales. No es que quiera hacer un trío o un intercambio de pareja. Lo que me atrae es la idea de arreglarte para la ocasión y de estar allí rodeada de gente caliente.

Tener pareja estable hace que tengas más confianza en el plano sexual y que te sientas cómoda a la hora de probar cosas nuevas. Por otro lado, lo que ganas en confianza lo pierdes en excitación. Al final te acostumbras a una rutina determinada

y con el tiempo se pierden los besos, las caricias y nos quedamos solo con la penetración. Sobre todo me gusta cuando mi marido me sorprende con algo nuevo. Aunque siempre le pregunto dónde lo ha aprendido. ¿Dónde? ¿Cuándo? ¿Cómo? Porque yo puedo sacar alguna idea nueva leyendo o viendo películas, pero no sé de dónde lo saca él. De un tiempo a esta parte me chuperretea el dedo del pie. Antes no lo hacía, y he de reconocer que me encanta.

No creo que el sexo se vuelva aburrido con la edad, lo que pienso es que se vuelve escaso. Tengo una relación monógama y no siento la necesidad de acostarme con otro hombre que no sea mi marido. A mí lo que me preocupa es estar bien con él hasta el fin de mis días. ¿Me veo con setenta años al lado de mi marido? ¿Podré seguir aguantando las mismas cosas que ahora me irritan?

Veo a muchas parejas mayores que están amargadas, todo el día discutiendo entre ellos; me asusta llegar a ese punto. ¿Cómo seremos nosotros dentro de quince años? ¿Qué pasará cuándo nuestra hija sea mayor? ¿Estaremos todo el día viendo la tele? Esto me agobia y no el sexo. Pero tengo esperanza. Quiero pensar que en diez años podremos volver a dedicarnos más tiempo el uno al otro y hacerlo con calma.

No me imagino una vida sin sexo. Si llega un día en que mi marido me dice que no quiere tener sexo sería un problema. Para mí es un síntoma clarísimo de que una relación no funciona. Yo jamás renunciaré a tener sexo.

MONTSE

43 años, soltera, sin hijos

«Parece que tu vida solo esté completa si estás con un hombre y tienes hijos. ¿Y sabes qué te digo? Yo no quiero ser una actriz secundaria. En la película de mi vida quiero ser la protagonista».

Ahora mismo el sexo no es lo más importante de mi vida, pero he de reconocer que ha habido temporadas en que sí lo era, y mucho. De joven pensaba mucho en el sexo, quizá ese es el problema. Las personas le damos muchas vueltas a «la idea de» y luego, cuando lo haces, está bien, pero nunca tan bien como lo habías imaginado. Supongo que al ser una persona que ha tenido carencias en el campo sexual he reflexionado mucho acerca de ello. Cuando era joven deseé a tantos hombres y fantaseé con tantas situaciones que terminé idealizando el sexo. Ahora prefiero quedarme sin sexo a tener sexo con cualquiera y de cualquier manera; esto lo he aprendido con los años. Y no es que me haya liado con muchos hombres, solo con ocho. Hay tanto gilipollas suelto…

Cuando tenía cinco años un chico de la escuela trató de abusar de mí. Él ya había cumplido los catorce. Me llevó al baño durante el recreo y una vez allí intentó ponérmela en la boca. Supe al instante que aquello no estaba bien. No sé cómo tuve los santos cojones de huir, pero lo hice. Salí pitando. No recuerdo nada más. Solo sé que por aquella época estaba delgada y que a partir de entonces empecé a engordar.

Fui la adolescente más fea del mundo, la típica empollona gordita, y los niños se metían mucho conmigo. No diré que sufrí *bullying*, pero sí que tuve muchos problemas en el instituto. Sin embargo, no estaba acomplejada. Me dediqué a estudiar como una loca para entrar en la carrera que quería, y lo conseguí. Los complejos llegaron después, cuando ingresé en la universidad y me dediqué a ponerme palos en las ruedas yo misma. Me horrorizaba mi aspecto. Tenía sobrepeso y llevaba gafas. Odiaba mi nariz grande, las caderas demasiado anchas y los pechos… lo de los pechos era verdadera obsesión. Me salieron tan rápido y eran tan grandes que los tenía llenos de estrías rojas. Además, estaban caídos. Me daban asco. Me parecía imposible que a alguien le pudieran gustar. Mis tetas se convirtieron en mi calvario. Y ahí es donde te das cuenta de cómo te boicoteas a ti misma. Porque no te puedes comparar con una chica que usa la talla noventa de sujetador y tiene las tetas mirando al cielo. Evidentemente, terminé la universidad virgen.

Perdí la virginidad a los veintitrés años con un chico que tenía diecinueve. Reconozco que me daba cierto apuro decirle que aún no lo había hecho. Sentía vergüenza y rabia al mismo tiempo. Él y yo no teníamos nada en común. Fue más bien en plan: «Tengo que hacerlo ya». Solo con la penetración, creo que me habré

corrido, como mucho, un par de veces. Nunca he fingido un orgasmo, eso sí. Mi problema es que me cuesta ponerme caliente. A ver, ¿cómo te lo explico? Me gusta el sexo, tengo ganas de hacerlo y disfruto si mi novio me acaricia, pero no tengo ese punto de calentura. Creo que es algo que te viene de naturaleza: o lo tienes o no lo tienes, o estoy excitada desde el primer momento o por más que esté en plena faena y mi compañero haciéndome la danza de los siete velos, como que *no way*. Me ha ocurrido siempre. Tengo mucha libido, pero al mismo tiempo padezco este problema a nivel fisiológico. Porque una cosa es el deseo y otra la respuesta de tu cuerpo. Por eso si estamos follando un buen rato y veo que no voy a llegar, se lo digo: «Oye, déjalo porque no va a poder ser». No es agradable, claro.

No sé por qué será pero cada vez me cuesta más llegar al orgasmo, incluso si soy yo la que me masturbo. Soy incapaz de masturbarme en el sofá. Necesito estar en la cama, en una determinada postura y tocarme con el canto de la mano. Si es otro el que me toca con el dedo es suficiente, pero cuando estoy sola me cuesta, y como cada vez me cuesta más, a veces termino con la muñeca dolorida o con una rampa en la mano. A veces estoy cachonda, pero solo de pensar en ponerme a ello me da pereza, y con un Satisfyer no tendría ese problema. Me lo quiero comprar por eso, no porque necesite explorar cosas nuevas. O eres una artista de la masturbación o cuando te haces una paja es porque estás cachonda y necesitas correrte. Es normal que la pepitilla se te hinche y, de vez en cuando, hay que deshincharla. Es algo fisiológico: hacer pipí, hacer caca y hacerte pajas.

A las mujeres nos han hecho creer que para ser felices necesitamos tener a un hombre que nos quiera. Creo que este es el motivo por el cual jamás he echado un polvo de aquí te pillo aquí te mato con un desconocido. Aunque a decir verdad, el sexo esporádico no es lo mío. No me considero una persona cerrada, pero tampoco soy de las que abrazan y achuchan, y no me gusta que me lo hagan. La gente que se me acerca demasiado me incomoda. He de tener mucha confianza con el otro para tocarlo; soy pudorosa.

Por otro lado, tengo una desconfianza natural hacia los hombres. Quizá se deba a una mala experiencia que tuve en el pasado. Me colé muchísimo por un compañero de trabajo. Tuvimos una especie de *affaire*, que no llegó a consumarse, porque al final él me pareció un misógino. ¿Sabes los niños que les quitan las patitas a los insectos para saber si pueden seguir caminando? A este tío lo veía así. A este, y a muchos otros. Y, claro, esta desconfianza no me ayuda a dejarme llevar.

Este pavo me la coló, y bien. Porque otro defecto que tengo es que soy imbécil. Me enamoré hasta las trancas porque intelectualmente el tipo era lo más. En serio, tenía una mente superior. Estuve pillada por él durante años igual que una adolescente. Hasta que un día a la salida del trabajo, fuimos con unos compañeros a un bar a hacer un *after work*, él empezó a meterme mano y nos fuimos al lavabo. Fue muy loco. Yo estaba a punto de cumplir los cuarenta, lo que pasa es que siempre he sido muy ingenua. ¿Y qué pasó? Pues que lo había idealizado. Me había enamorado de alguien a quien no conocía y le había atribuido una serie de cualidades que él no tenía. Debo decir que mi cerebro había ido percibiendo señales de alarma, comportamientos suyos que no me gustaban, pero no les di importancia. Y, de golpe, fue como si me hubiese puesto gafas y pudiera ver qué tipo de persona era en

realidad. Pensé: «¿Con quién coño estoy?». De repente, me di cuenta de que me había enamorado de una persona que no existía, como en *Vértigo*, la película de Alfred Hitchcock.

Fue una caída en picado. Aquel pavo me trató fatal y me hizo sentir una mierda. No es que yo le resultara atractiva. Él iba a lo que iba y le daba igual con quien. Respeto, cero. Incluso a la prostituta que te encuentras a las tres de la mañana en Las Ramblas buscando clientes debes mostrarle respeto, joder, que es una persona. Fue humillante. Después de eso, jamás he podido hacerlo en un lavabo. Los lavabos me recuerdan a él y se me baja todo. Sin contar que en los lavabos siempre hay mucha gente porque, entre los que se meten coca y los que van a mear, eso parece el metro.

Fue una experiencia desagradable y traumática. Aunque en el fondo me hizo un favor porque así terminé con mis fantasías. En aquella época tenía la cabeza llena de tonterías. «Que si no me dice esto, que si no hace aquello, que si lo que pasa es que de verdad le gusto, pero no se atreve…». ¡Hay que ser idiota! Si a alguien le gustas ya se las apañará para hablar contigo. Creo que las películas y los libros tienen mucho que ver con esta idea de romance, incluso los dibujos infantiles. Y aunque pensemos que nosotras no somos ese tipo de mujer es imposible escapar a estos mensajes.

Los hombres te dicen de todo y se quedan tan anchos. Un chico con el que estuve saliendo un tiempo me acusó de estar siempre pensando en lo mismo. Otro me dijo que yo era una mujer fría. De verdad que no los entiendo. Ni me considero una mujer fría ni una mujer apasionada. Además, ¿qué problema hay en ser apasionada? Me hubiera gustado tener menos parejas porque me hubiera ahorrado a unos cuantos gilipollas. He salido con chicos que fueron una completa pérdida de tiempo. No los culpo. La única culpable soy yo. De joven prefería estar con alguien, aunque no me gustase demasiado, a estar sola. Ahora ya no.

Necesito tener cierta conexión con el otro, y no me refiero solo a la parte física. Necesito olerlo, sentirlo, escucharlo. Imagínate que tiene mal aliento… David Beckham, por ejemplo, ya puede ser el dios del Olimpo que con esa voz de pito que tiene me echa para atrás. Me pasa igual con los ignorantes. Un tío puede estar muy bueno, pero como abra la boca y diga una palabra que no existe en el diccionario… *Next*. Otro tipo de hombre que me pone de los nervios es el que va de gracioso. ¿Qué pasa contigo? ¿Que solo sales con niñas de quince años o qué? El tío bueno que se lo cree aún tiene un pase. Ahora bien, el que además quiere revestirse de otra cosa sin serlo, ya sea de intelectual o de espiritual, me echa para atrás. Por no hablar de los que te sueltan: «Yo soy muy romántico». Huye de los que te digan eso. Huye como de la peste, porque no es verdad. Son unos salidos y serán capaces de decirte cualquier cosa con tal de mojar.

He de decir que mi concepción del romanticismo es distinta a la de la mayoría de la gente. Para que me entiendas, hay una película romántica que odio a muerte: *Love Actually*. Este tipo de ficciones te venden la moto de que si insistes, la chica guapa caerá rendida a tus pies. En cambio, al revés nunca pasa. ¿O acaso has visto alguna vez que la tía fea pero graciosa acabe ligándose al tío bueno? Es curioso: ahora que estoy más gorda que nunca y más jodida físicamente, porque no hago nada de ejercicio, es cuando mi aspecto me condiciona menos. Al contrario de lo que me

pasaba con veinte años, que tenía muchas manías y al mirarme en el espejo me veía fatal, ahora me miro y digo: «¡Qué buena estás, mira que michelín más bien puesto!».

Hay una frase que me dijo una vez un chico y que siempre repito porque me gusta mucho: «Aunque a ti no te guste una persona siempre habrá quien la encuentre atractiva». Y esto te lo puedes aplicar a ti misma. Aunque te parezca que estás gorda, eres baja o tienes demasiado pecho, para gustos, colores. Es decir, hay gente como Beyoncé, que llena el Estadio Olímpico dos días seguidos. Y otros que somos más del tipo Sala Minúscula, donde caben diez personas y a Dios gracias. Además, hay una parte del atractivo que escapa a los cánones generales. Puede ser la personalidad, el sentido del humor o ese «defecto» que hace a alguien especial, como la separación entre los dientes. Siempre puedes encontrar a alguien a quien le gustas porque, no nos engañemos, sienta bien gustarle a la gente. Por otro lado, es un poco jodido que necesites verte con los ojos del otro y bla-bla-bla. De acuerdo. Pero a todos nos gusta gustar. Y ahora mismo, no sé si es por la edad o porque estoy con alguien a quien le gusto como soy, me siento bien con mi cuerpo. En este aspecto he hecho un cambio de chip.

El tipo de hombres que me atrae también ha ido cambiando a medida que he ido cumpliendo años, pero en general, para que alguien me guste tiene que ser un apasionado de la música. Yo soy una loca de la música desde que tengo once años. Y si él no tiene esta pasión, he comprobado que a la larga, la relación no funciona. Es un rollo, pero es así. Otro aspecto que me seduce de un hombre es que sea buena persona. El rollo canalla no me va. Porque una cosa son las inseguridades físicas y otra bien distinta la autoestima, y yo de autoestima siempre he ido bien servida. Y a veces, como mujer, me da la sensación de que el entorno, la familia, los amigos, la televisión…, todo te empuja al sacrificio. Parece que tu vida solo esté completa si estás con un hombre y tienes hijos. ¿Y sabes qué te digo? Yo no quiero ser una actriz secundaria. En la película de mi vida quiero ser la protagonista. Quiero los focos, las plumas, las lentejuelas; lo quiero todo.

Cuando era pequeña también pensaba que me casaría y tendría hijos, porque parece que este es el camino de vida de todas las mujeres, ¿no? Pero al hacerme mayor este pensamiento cambió por completo. Lo cierto es que jamás he sentido eso que llaman instinto maternal. Quizá simplemente es que no nací con ese chip. Sé cómo soy: heterosexual, monógama y conservadora. A mí me proponen hacer un trío con otra chica y me daría angustia, la verdad. Por no hablar de otras guarradas como la lluvia dorada. Yo veo un váter sucio y salgo corriendo. El sexo anal tampoco me gusta. Lo mío son los polvos normales y corrientes. Otra cosa distinta son las fantasías.

Por ejemplo, me gustaría que me atasen y me hicieran lo que quisieran, pero con cariño. Otra fantasía que tengo es hacérmelo con dos hombres macizos, aunque es algo que nunca llevaría a la práctica. En mi cabeza me lo imagino como si fuera una película erótica. En plan: yo soy la reina y los dos macizos están aquí para servirme. No quiero interacción entre ellos. Lo que quiero es que me besen el doble, que me acaricien el doble, que me hagan de todo el doble. Y yo sin hacer el mínimo esfuerzo. También fantaseo con encontrarme a un desconocido, con quien tenemos química inmediata y echamos un polvo apasionado. Es gracioso porque si voy en el metro y

un tipo me mira un segundo más de la cuenta soy capaz de increparlo. ¿Tú, qué estás mirando? Pero, claro, en mi fantasía terminamos follando a lo bestia. Otra de mis fantasías es hacerlo con mi chico mientras alguien nos mira. En la vida real no me haría ni pizca de gracia; una cosa es pensarlo y otra que te pase de verdad.

Para mí lo esencial para disfrutar del sexo es cogértelo con ganas y, en mi caso, eso depende mucho del ciclo menstrual. He comprobado que las hormonas me afectan una barbaridad. Ahora mismo tengo la regla a todo trapo y cuando estoy así me quedo sin energía y no tengo ganas de nada. En cambio, cuando estoy ovulando, es como si ahí abajo tuviera un volcán y una vocecilla interna que me gritara: «¡Venga, venga!». Así que para disfrutar del sexo necesito estar en estos días, donde estoy muy cachonda aunque también más irascible, en plan toro miura. Esto es lo primero. También es importante hacerlo con alguien que te ponga de verdad. Y, por supuesto, me gusta terminar corriéndome. Miento. Lo que me flipa de verdad es correrme y que me la sigan metiendo.

No suelo tomar la iniciativa. Creo que se debe a las inseguridades físicas que tenía de joven, que aún las arrastro un poco. ¿Le gusto o no le gusto? Yo no soy una tía buena, no ligo por mi aspecto. Por eso siempre espero a que sean ellos los que den el primer paso. Y después, como soy una vaga, también me va bien que sean ellos los que lleven la batuta en la cama. ¿Qué pasa? Que a mi novio le gusta más ser el sumiso y que yo sea la dominante. ¡Y, claro, todo a la vez no puede ser! Aún no le he dicho que a mí también me va lo de ser sumisa. Tendría que hacerlo, pero es que raras veces abro la boca.

En general, paso de las velas, los juguetes sexuales y la lencería. Miento. La ropa picante, en plan picardías, medias y ligueros, me gusta. Lo que pasa es que este tipo de prendas cuestan un dineral, y yo soy un poco agarrada. Y aunque soy una apasionada de la música soy incapaz de follar con música; me desconcentra. Es como: «¡Ay, que está sonando no sé qué!». A mi novio le gustaría poner un espejo en la habitación. Esto sí que mola. Quizá tendría que comprarme uno. A mí me atrae la imaginería del tipo fetichista, las esposas y los látigos, pero más para mí que para él. A mi pareja le gusta que le azote, pero como se me vaya un poco la mano se gira con cara de pocos amigos y yo empiezo: «¡Perdón, perdón!». A mí también me gusta que me dé una palmadita en el culo, que me dé con la mano abierta ya no.

Tampoco soporto que me digan guarradas, mucho menos que me insulten o me escupan. Me saca totalmente fuera. Lo que sí me excita mucho es cuando el otro te va relatando lo que te hará. «Ahora te voy a tocar aquí, ahora te voy a chupar allá». Lo mismo cuando mi novio me dice: «Cómo me pones o me encantan tus tetas». Lo que pasa es que él tiene un repertorio bastante limitado. Tampoco le pido alta literatura. En la cama, lo que sí hacemos es reírnos mucho. A veces, en plena faena le cuento un chiste. Hay gente a quien reír le desconcentra, pero a mí las risas me enternecen. La mayoría de la gente se toma el sexo con demasiada trascendencia.

El sexo es un momento de intimidad con otra persona que te gusta mucho, y que es muy guay. Punto. Por ejemplo, nadie te explica que haciéndolo pueden llegarte a doler las piernas. A mí, a veces, me cogen unas rampas de tenerlas tanto rato subidas que no veas. Mi novio es muy corpulento. Tengo que rodear su cuerpo con mis piernas y me cuesta mantenerlas en esa posición. A veces pienso: «¿A ver, cómo lo

hago?». Siempre termino llena de moratones. Otras veces, su sudor me cae encima y me molesta. ¡Pobre, no puedo decirle que no sude! Sé que es algo natural, así que termino aceptando barco como animal acuático. En las películas románticas no sale nada de esto, por no hablar del porno.

No suelo verlo, la verdad. Lo he visto en el pasado, pero cada vez lo hago menos. Y si miro porno es gay. El porno heterosexual me resulta demasiado violento. Parece que todo sean violaciones. Y además de agresivo es pollacéntrico. Cuando era jovencita y leía las historias eróticas de las *Playboy* de mi padre sí que me ponía cachonda, porque cuando lees la imaginación se dispara. Las imágenes explícitas, en cambio, nunca me han dicho nada. Otro tema que da para escribir un libro son las mamadas.

Te confieso que a mí me encanta mamarla. Chupar polla es una de las cosas que más me gusta del mundo, pero es que en el porno a las chicas se la meten hasta la garganta. ¿Eso qué es? A mí me gusta jugar, lamer el glande, ahora más despacio, ahora más rápido. Cuando veo una mamada en una película porno en lugar de excitarme me da angustia. Parece que a la pobre chica le va a dar una arcada en cualquier momento. En general, todo lo que corre por internet es muy violento, en plan: ¿por cuántos agujeros te la meto? Por no mencionar que está enfocado al tío. Ahora está muy de moda el bukkake, como si todas las mujeres estemos deseando que un grupito de pavos se corran encima nuestro. Oye, pues no.

Y hablando de pollas, te diré que yo me he encontrado tíos, no muchos pero sí algunos, con una polla realmente bonita. En realidad no hace falta que sea nada del otro mundo: catorce centímetros. Esta es la típica polla que da gusto ver, y placer tener dentro. Una vez me lie con uno que la tenía muy pequeña. Cuando se la vi pensé: «¡Madre mía!». Además, el pobre se corría en dos minutos. El chico lo tenía todo: micropene y eyaculador precoz. Pero era muy sexy y reconozco que me ponía mucho. No entiendo a las mujeres que hablan mal de las pollas pequeñas, porque yo me encontré con este chico, que a priori parece lo peor, y a la hora de la verdad nos lo pasábamos bien. Recuerdo una vez que me quité la ropa, me puse a cuatro patas y él se corrió en nada. Y, sí, en ese momento te jode. Pero luego, cuando se recuperaba, me follaba muy bien. No sé si era su olor o qué, pero me ponía supercachonda. La tenía tan pequeña que te cabía entera en la boca, y así puedes hacer muchas cosas. Justo lo contrario de lo que me pasa ahora con mi novio, que está muy bien dotado y me limita. Aunque a él no le gusta mucho que se la chupe. Es raro, ¿no? A la mayoría de los chicos les gusta. Mi novio prefiere metérmela. Además, con una mamada no suele correrse. Prefiere masturbarse. He llegado a pensar: «¿Tan mal lo hago?». Mi novio dice que las mamadas le dan placer, pero de otro tipo, vaya, que se relaja demasiado. Muchas veces en plena faena me suelta: «Déjalo, o me voy a quedar frito». ¡Qué desastre!

Suerte que ahora me siento más segura de mí misma que cuando tenía veinte años. Aunque también estoy más cansada, y esto es un rollo. Continúo teniendo ganas de hacerlo, pero la condición física me acompaña menos. Siempre hago la misma coña: «Al final tendré que apuntarme al gimnasio para poder follar». Porque estoy en baja forma y el sexo no deja de ser una actividad física. Y hacer solo el misionero acaba volviéndose cansino. Pero es que a mí sentarme encima del tío cada vez me cuesta

más. Mi postura favorita es la del perrito. Es la que me resulta más cómoda. Sin contar que a cuatro patas la siento más en la parte interna de la vagina, pero a él no le gusta porque no me ve la cara. ¡Esto de la postura es toda una negociación! Me sabe mal porque a veces nos lo estamos pasando bien y tengo que pedirle que pare porque las piernas me duelen un montón. Antes no me pasaba. Por otro lado, ahora poseo un conocimiento mayor de mi cuerpo y de mis zonas erógenas. Aunque poco más, la verdad. Ahora que lo pienso no he evolucionado tanto.

Tuve una época, alrededor de los treinta años, que iba salida perdida. Luego el tema se calmó. Hace unos años sufrí varias crisis de ansiedad y tuve que medicarme y creo que a raíz de esto me bajó la libido. Y aunque ahora apenas me medico, he notado que los momentos en que estoy cachonda cada vez son menos. A ver, que ya tengo una edad. También es cierto que cuando mi novio viene a verme, el sexo que tenemos abarca una tarde entera. Estás en el sofá mirando algo, lo haces. Te vas a la cama a echarte la siesta, te levantas y lo vuelves a hacer. Luego comes algo, y no sabes muy bien cómo, vuelves a ponerte. A veces ni me corro, pero es que el orgasmo tampoco es mi meta. Ahora me va más el «estar» con el otro: hablar, tocar, besar y reír. El sexo no es solo la penetración. El sexo lo es todo, desde los arrumacos y besitos inocentes del principio a las caricias más íntimas y las confesiones del final.

Mi novio y yo nos conocimos en 2008, en un foro de frikis de la música. Él es de fuera, y en aquella época tenía novia. Al cabo de unos años, ellos cortaron y él y yo nos encontramos en el Primavera Sound. Aquella noche nos dedicamos a contarnos las penas y nos hicimos muy amigos. Él empezó a venir a menudo a Barcelona y a quedarse en mi casa para ahorrarse el hotel. Entremedio, cada cual tuvo sus historias. Lo nuestro fue un proceso largo. A mí me gustaba y a veces pensaba en decírselo, pero no me atrevía a dar el paso porque no quería perderlo como amigo. Y resultó que a él le pasaba lo mismo. Al final, un día que estaba superborracho, me lo soltó. Yo dudé, pero al final me dije: «¡A tomar por saco!». Y mira, hasta hoy. Aunque si te soy sincera tener una relación a distancia es un coñazo. Lo único bueno de salir con alguien de fuera es que siempre es un reencuentro. Pero la verdad es que me gustaría saber cómo es tener una pareja en tu ciudad.

SHANTAL

42 años, casada, dos hijas

«La gente es muy cuadriculada. Piensan que quiero follar con otros hombres porque me he aburrido de hacerlo con mi marido. ¡Para nada! Es justo al revés. Lo que me pone es hacer este tipo de cosas con él».

Actualmente tengo sexo tres veces por semana, sin contar las veces que me masturbo. Quizá he tenido un día de mierda, pero cuando practico sexo y tengo un orgasmo siento un subidón total. Y esto no hay droga, legal o ilegal, que te lo dé. Me masturbo más ahora que cuando era joven. Porque ahora me conozco y sé cómo darme placer. Uso las manos o el agua de la ducha y me imagino una situación o recreo alguna de las que ya he vivido. Cuando mi marido llega a casa y le digo que me he tocado se pone supercachondo.

Tener un orgasmo solo con la penetración me cuesta una barbaridad. Antes me rayaba mucho por este tema. No entendía por qué me resultaba tan difícil. En las películas las chicas se corren como si fuera lo más normal del mundo y por eso si tú no lo consigues te sientes mal. De joven pensaba que estaba tarada. Ahora sé que no tengo ningún defecto: simplemente soy clitoriana. Hay mucha ignorancia respecto al cuerpo femenino. Las propias mujeres desconocemos su funcionamiento.

Crecí en la época del destape, con las películas de Fernando Esteso y Andrés Pajares. Ahora bien, en cuanto salía una teta mis padres apagaban el televisor. De pequeña creía que solo se habían acostado para concebirme, con una sábana encima y un agujero ahí abajo, sin disfrutar. Que mis padres vieran el sexo como algo sucio marcó mi despertar sexual. A pesar de mi instinto sexual, crecí mamando sus ideas puritanas y las interioricé. Me hice mayor con un ángel y un demonio en la cabeza. De un lado, sentía ganas de experimentar; del otro, una vocecita me alertaba: «Esto no está bien».

Por eso cuando de jovencita me liaba con un chico y el tema llegaba a mayores lo frenaba. El ideal romántico estaba incrustado en mi cabeza: debía perder la virginidad con alguien especial. Al final, lo hice con mi novio. Follamos en la habitación de mis padres, en su cama. La misma donde los imaginaba haciéndolo con la sábana agujereada. ¡Qué polvo más triste!

Aun así quería tener pareja. Podríamos decir que a pesar de tener el demonio tentándome a cada rato, durante mucho tiempo ganó mi lado angelical. He sido chica de relaciones largas. Estuve tres años con mi primer novio y tres más con el segundo. Entremedias, algún folleteo sin importancia. Después conocí a mi marido. Llevamos trece años juntos. Tenemos dos niñas y una hipoteca.

Las mujeres llevamos siglos recibiendo mensajes negativos acerca del sexo. Hemos evolucionado, por supuesto, pero el machismo está muy arraigado. Aún hay muchos hombres, que en este mundo de pretendida igualdad con el que nos llenamos la boca, ni se lo creen ni lo creerán nunca. Y también hay muchas mujeres machistas. Ellos tienen polla y nosotras tenemos chocho. ¿Qué diferencia hay? A día de hoy sigue existiendo una concepción enfermiza del sexo. Las redes están abarrotadas de racismo, machismo, sexismo y homofobia, pero no se te ocurra subir una foto en toples porque enseñar un pezón, está prohibido. ¡En pleno siglo XXI!

Con los años asumí que el sexo es algo natural que proporciona placer. No me avergüenza disfrutar de mi sexualidad y trato de gozar al máximo. El sexo es importante para la pareja, pero también lo es para uno mismo. Y aunque continúo siendo la misma persona que mi marido conoció hace trece años, en el tiempo que llevamos juntos he madurado mucho sexualmente y la manera en que entiendo el sexo ha cambiado por completo. Sigo pasándomelo bien en la cama con él, pero seamos realistas: la pasión inicial ha desaparecido. Es normal. ¿Y qué has de hacer? Encenderla del modo que sea.

Reconozco que he tenido mucha suerte con mi marido. Hace poco me dijo: «Yo solo no me basto para satisfacerte y quiero que tú disfrutes al cien por cien, así que buscaremos el modo de que sea posible». Para mí echar un polvo con la luz apagada mientras las niñas duermen en la habitación de al lado no basta, necesito un extra. Ahora sí que puedo decir que he dicho adiós a los tabúes de mi adolescencia y juventud. Al cumplir los cuarenta me di cuenta del tiempo que había perdido con estas tonterías. Así que de aquí a la menopausia quiero aprovechar cada minuto. A todo esto, debo decirte que la primera vez que escuché la palabra *sexting* me sonó a chino mandarino. Espera. Déjame rebobinar para que entiendas cómo ha ido la cosa.

Cuando éramos jóvenes, a mi marido y a mí nos gustaba ir a playas nudistas. A él le encantaba hacerme fotos desnuda. También dejarme sola en la arena y ver cómo se me acercaban los chicos; era nuestro juego. Entonces, un día fuimos testigos de una escena que nos resultó muy excitante: una pareja estaba tocándose. Ver a aquel chico masturbando a su novia mientras él se la meneaba me puso muy cachonda. Me dije: «¡Hostia! Tengo el corazón en el chocho». A partir de aquel día, nosotros también lo hicimos. Después, en casa lo rememorábamos y dejábamos volar la imaginación. Yo soy más de follar en silencio, como mucho gimo, pero mi marido inventa todo tipo de historias para ponerme en situación. «Imagínate que cuando estábamos en la playa y te he dejado sola ese chico se te ha acercado y te ha dicho tal o te ha hecho cual». ¡Joder! Aquellas fantasías enriquecieron nuestras relaciones sexuales de un modo que no imaginas.

Le comenté a mi marido que una de mis fantasías era hacerlo con un negro. A él aquella idea se le metió en la cabeza y me propuso buscar a alguien por internet. A mí, al principio me daba corte. Hablar con alguien que está cachondo y simular que nos estamos liando me parecía frío, pero al final accedí. Mi marido abrió una cuenta con fotos mías. Me enseñaba los comentarios que me dejaban los chicos, las fotos que me mandaban y los vídeos que hacían masturbándose. Reconozco que aquel juego empezó a gustarme. Aun así era reticente a chatear.

Te estoy hablando de hace más de diez años, la mayoría de los chicos eran

extranjeros y para mí el idioma era un hándicap. Sé hablar inglés, pero mi vocabulario sexual no es espléndido que digamos. Pero un día que estaba más cachonda de lo habitual me dije: «¿Por qué no?». Y ¡oh, sorpresa! El juego de la seducción me atrapó. Así fue como mi marido y yo empezamos a hacer tríos virtuales online. Cuando estábamos cachondos entrabamos en el chat y jugábamos con alguno de los chicos que a mí me hubiera gustado. A él le ponía un montón comerme el coño mientras yo chateaba con otro. Mientras que yo podía dar rienda suelta a mis fantasías. Practiqué sexo virtual con otros hombres, pero también con chicas y con parejas.

Digamos que pasamos de fantasear a tener sexo online con más personas. La vida en pareja, los hijos y la hipoteca pasan factura a tu vida sexual pero yo no quería caer en la rutina. A mí me gusta seducir y que me seduzcan. Y a mi marido le encanta verlo. Los dos salimos ganando. Te lo cuento para que entiendas cómo de los chats en internet hemos pasado a tener una cuenta sexual en Twitter. En Twitter hay infinidad de cuentas sexuales. Los acólitos las llaman cuentas B, porque estas personas suelen tener una cuenta convencional, a cara descubierta, donde comparten el contenido que les interesa y luego tienen otra, donde esconden la cara, que les sirve para dar rienda suelta a sus fantasías sexuales.

Hace un par de años mi marido creó una cuenta de pareja. Al principio, él subía fotos eróticas mías y escribía un breve tuit. Comenzamos a tener seguidores, primero decenas y luego centenares. Hasta que yo me puse al frente. Ahora tenemos miles. Y aunque sea yo la que sube el contenido, la nuestra sigue siendo una cuenta de pareja. Cada uno de nosotros puede acceder al perfil desde su móvil. Es decir, los dos podemos subir contenido, leer los comentarios, dar likes e interactuar con otros usuarios. Hay gente que usa este tipo de cuentas para venderse. Gente que lo utiliza para ver y dejarse ver. Y, por último, gente como nosotros, que la usa para hacer contactos y así poder practicar sexo virtual; hay de todo.

Para mí *sexting* es cualquier tipo de relación sexual que se dé online. Ya sea escribir mensajes subidos de tono, mandar fotos picantes o hacer videollamadas. En el fondo es el sexo de toda la vida. Lo único que cambia es el canal que usas. En este caso, un aparato que te permite contactar con una persona que está a miles de kilómetros de distancia. El sexo no deja de ser un juego mental; todo está basado en la imaginación. Y a mí lo que me pone del *sexting* es precisamente esto: recrear situaciones. «Imagínate que estamos los dos juntos en tu casa. Estoy sentada delante de ti, mirándote. ¿Qué harías conmigo? ¿Qué me dirías?». No lo hago con cualquiera. Solo con los perfiles que me parecen interesantes, donde ha habido una conversación o una seducción previa.

Twitter es un mercado donde cada uno vende su mercancía como le da la gana. Y a mí, publicar fotos con comentarios picantes es una parte del juego que me encanta. Por ejemplo, es domingo. Me hago un selfi del torso desnudo con una cruz colgando del cuello y escribo: «¿Pecamos?». Si te va el exhibicionismo —y a mí me va mucho— lo disfrutas a tope. Otro ejemplo: lunes, me abro la bata, no llevo nada debajo, me hago un selfi con la taza de café cubriéndome los genitales y escribo «desayúname» junto con el hashtag #milf, que significa «mother I'd like to fuck». Intento currármelo y hacerlo sensual. A veces solo me pinto los labios de rojo y dejo que el

pelo me chorree encima de los hombros. Los pechos los insinúo debajo de la toalla, como si acabara de salir de la ducha. Mi idea es hacer algo artístico-erótico. Creo que en las cuentas sexuales hay una parte de seducción y otra de automotivación, por llamarlo de algún modo, porque recibir halagos te sube la moral. No nos engañemos: a todos nos gusta que nos den un like o nos digan «qué rica que estás». Sin olvidar nunca que esto es lo que es. No hay que obsesionarse. Para mí es solo parte de un juego que tengo con mi marido. Punto.

Lo bueno de la aplicación es que puedes abrirla a cualquier hora, desde cualquier lugar y acceder a mil tipos de contenido. Y a medida que te introduces en este mundillo vas creando una red de amistades virtuales. Para que te hagas una idea: el lunes es el día de los ojos, el martes el de las tetas, el miércoles el de los culos, el jueves el de los labios. La gente va haciéndose fotos y subiéndolas con el propósito de caldear el ambiente. Hay una parte de la cuenta que está abierta a todo el mundo: cualquier persona puede ver las fotos que has subido o escribirte un comentario. Luego están los DM, que son mensajes privados. El verano pasado acuñé el término «guarrisiesta» y me dediqué a promocionar este hashtag. Hacía una foto sugerente y debajo escribía: «Los niños duermen y los papis quieren “guarrisiestear”. ¿Te apuntas?». Con un comentario así das a entender a los demás que estás abierta al juego. Habrá perfiles que te dirán: «Hola, ¿qué tal?». Habrá el típico neandertal que te mandará una fotopolla. Y habrá los que se lo curran, que son los que a mí me van. Ya sea hombre, mujer o una pareja. Si lo que me escriben me gusta, comenzamos a jugar. Estoy abierta a todo. Me da igual el género o la identidad sexual. Me da igual la edad y el color de piel. Me da igual el tipo de cuerpo. Me da igual, quiero probarlo todo. Todo, todo y todo.

Yo soy «Alexa». Soy el reclamo, el escaparate. La gente suele dirigirse a mí, pero saben perfectamente que la cuenta es de pareja. Así que enseguida añado a mi marido a la conversación. Lo habitual es que acabemos haciendo un *ménage à trois* o *quatre* virtual. A veces es él quien me lo pide y a veces soy yo la que lo propone. «Esta pareja me ha mandado un mensaje. ¿Hacemos *sexting*?». La respuesta casi siempre es un «sí». A mí me gusta grabarnos mientras follamos y enseñárselo a la otra persona, sin mostrar la cara. Mando el vídeo y le digo: «Me imagino mi boca abierta recibiendo tu polla mientras mi marido me la mete por detrás o tu mujer me está tocando las tetas». La verdad es que soy buenísima recreando situaciones que no he vivido en la vida real. Simplemente me las imagino, y como es mi cuenta mando yo. También me pone mucho escuchar lo que me dicen los demás.

Desde que abrimos la cuenta he recibido muchísimos mensajes privados. El mejor me lo mandó un chico de veintipocos. Era un mensaje correcto, pero con un punto pícaro, y me flipó. Fue una de las primeras relaciones largas que tuve en Twitter. Él es bisexual y tiene novia, pero ella no está al tanto de su bisexualidad. Chateábamos sin que lo supiera. A mí que él fuera bisexual me ponía a cien y él conmigo se sentía libre. Le aconsejaba que se lo dijera a su novia, pero él no se atrevía. Decía que ella era muy conservadora. Yo no quería entrometerme en su relación, pero le advertía: «Te estás autoengañando». Toda la seguridad sexual que este chico tenía conmigo la perdía cuando le sacaba el tema de su novia. Entonces salían a la luz sus demonios internos, la inseguridad, el sentimiento de culpa. Entiendo que dé miedo contárselo a

tu pareja, pero ¿qué tipo de relación vas a construir a base de mentiras?

Mi marido y yo estamos al corriente de todo lo que se cuece en la cuenta. Al principio chateábamos siempre juntos, pero ahora lo hago también cuando estoy sola. A él no le importa que yo tenga sexo virtual con otras personas cuando no está. Te diré más: le gusta. Digamos que yo soy exhibicionista y mi marido es voyeur. Cuando llega a casa, lee los mensajes, mira los vídeos y se pone a mil. En ocasiones los ve desde el trabajo y cuando llega va como una moto. Me dice: «¡Joder! ¡Como me has puesto hoy!». Entonces follamos como locos recreando lo que he hecho cuando él no estaba.

Siempre he sabido que era una persona sexual, pero desde que abrimos la cuenta he evolucionado mucho, sexualmente hablando. Ahora no tengo límites. Gracias al *sexting* he sabido —y aceptado— que hay una parte de mí que disfruta siendo sumisa. Lo descubrí con este chico bisexual. A él le ponen las *milf* y a mí que me manden. Recuerdo una vez que me dijo: «Ahora mismo te ataría, le diría a mi novia que te comiera el coño y tú no te podrías mover». Me corrí del gusto. Fantasear con que la otra persona está por encima de mí y yo soy el perrito que hace todo lo que le piden me excita. Ahora bien, siempre se la devuelvo. Y tengo mis límites. Podría aceptar que me ataran a la cama, que me vendasen los ojos o que me pusieran unas esposas, pero como alguien se atreva a darme una bofetada se la devuelvo en las pelotas.

Con este chico bisexual recreamos un sinfín de situaciones: tríos, orgías, bukkakes. Una vez me contó que había ido a casa de una pareja de gais y que se lo habían follado por el culo. No sabes cómo me excitó. Siempre me he definido como «bicuriosa». Es decir, me atraen tanto los hombres como las mujeres. Lo que nunca hubiera imaginado es que me excitara fantaseando con este chico chupándosela a otro chico. Nos imagino a los dos chupando polla, rodeados de pavos que se masturban y se nos corren encima, así en plural, y me pongo supercachonda. A mi marido le gusta que yo sea curiosa y de mente abierta y también le pone mucho verme interactuar con otros hombres. Este fetiche es conocido como la «fantasía del cornudo». A él le basta mirar para excitarse. No necesita participar. En este sentido es más pasivo que yo. ¡Pero a mí también me gusta mirar! Y quizá suene egoísta lo que voy a decirte, pero me jode que él sea tan heterosexual. Me fliparía hacer un trío con mi marido y otro chico. Me encantaría verlos interactuar. Lamentablemente, él me dice que «ni hablar».

Lo cierto es que nuestra vida sexual ha mejorado muchísimo desde que nos abrimos la cuenta. Hacer *sexting* nos ha servido para hablar de qué nos gusta, de nuestras ganas de experimentar, de nuestros límites. Para mí el *sexting* es igual que el sexo porque, al fin y al cabo, todo está en la cabeza. La masturbación se considera sexo y lo haces solo, ¿no? Además, el *sexting* tiene una ventaja. No hace falta ir a un club de intercambio o quedar con alguien. Cuando tienes hijos salir de casa conlleva mucha logística y gasto, y gracias al *sexting* nosotros podemos tener sexo al minuto sin movernos del sofá.

¿Si me gusta hacer el amor? Claro. Pero es infinitamente más complicado que follar. Para mí tener un día hiperromántico es inusual. Quizá si he tenido un día duro, de esos en que no puedo dejar de llorar, y mi marido me abraza y me acaricia,

me enciendo y acabamos haciéndolo. Para mí esto es hacer el amor. No tiene nada que ver con follar. En ese momento necesito sentirme cuidada, mimada, querida. Pero no es habitual. Lo normal es que follemos de un modo pasional, salvaje, morboso. Y entonces me estimula más que él me diga «qué cerdo me pones, hija de puta» que un «te quiero». Me gusta hacer el amor, pero es parecido al cometa Halley, que pasa muy de vez en cuando.

Alexa me da mucha vida, nos da mucha vidilla. Aunque si te soy sincera, ha llegado un punto en que el *sexting* se me queda corto. Tengo ganas de hacer realidad muchas de las fantasías que he experimentado a nivel virtual. Ir a una discoteca, sentir la música, las feromonas, el calor de otro cuerpo contra el mío. Además, me encantan los besos y en el sexo online no hay.

Conozco a bastante gente que tiene una cuenta sexual a espaldas de su pareja, y no me gusta. Para mí, aunque se dé en el mundo virtual, es una mentira igual. Luego, hay parejas que tienen pactos. Un chico me dijo que a él no le importaba que su novia follara por ahí con otros. «¿Qué me estás contando?». No lo entendía. «¿Y tú no vas?». Me respondió que no, que cuando ella regresaba a casa le contaba qué había hecho y él se ponía muy cachondo. Sus palabras textuales fueron: «Me encanta comerle el coño después de que se la haya follado otro». Ella se follaba al mecánico mientras él hacía *sexting* conmigo. Aquel era su pacto. Allí no había engaño. Aun así, me costaba entenderlo. ¿Pero sabes qué? Ya no me parece tan mal. Hay chicos que me proponen quedar los dos solos y hacer partícipe a mi marido a través de mensajes, fotos y videollamadas. Quizá suene egoísta, pero la idea me atrae. Entonces, me pregunto a mí misma: «¿Me parecería bien si fuera al revés? ¿Me gustaría que mi marido follara con otra sin estar yo presente?». Y si quieres que te diga la verdad: no me importaría. Porque no sentiría que me estuviese traicionando. Si los dos sabemos qué hay y estamos de acuerdo, ¿por qué no? Hay que tener mucha confianza con tu pareja para hacer algo así. ¿Sabes que la mitad de las parejas no hablan de sexo? ¿Y que el treinta por ciento de las personas que tiene una relación es infiel?

A través de Alexa nosotros hemos conocido a otra pareja con la que nos llevamos muy bien. Ella es majísima y él me pone mucho. Además, hace unas fotos muy artísticas. A su lado me siento una amateur. En la última que me ha enviado se le ve la polla, pero de modo sugerente. Está en la terraza, las nubes de fondo, y con parte de la imagen desenfocada. Hace poco yo hice un vídeo exclusivamente para él. Me puse un vestido de malla transparente y me grabé masturbándome, con una canción de The Cure de fondo. Acto seguido él me mandó un *cum tribute*. ¿No sabes lo qué es? Un vídeo donde alguien se masturba viendo tu imagen y grita tu nombre al correrse. Los *cum tributes* son muy populares en la red. Al principio yo no les encontraba la gracia, pero si conoces a la persona que te lo hace, cambia por completo. Ahora me encantan. Saber que provoco este tipo de situaciones a pesar de la distancia me embriaga.

Este chico me ha pedido que quedemos los dos solos. Incluso su mujer me lo dijo. «A mi marido lo vuelves loco. Me encantaría que quedaseis y luego me enviaseis las fotos y los vídeos del encuentro». Si te digo la verdad me apetece un montón culminar físicamente la relación que empezamos virtualmente. Y el hecho de que

nuestras parejas lo sepan y estén de acuerdo suma, la verdad. Así que creo que me desvirtualizaré con él. Este chico y su mujer son los únicos a quienes hemos puesto cara. Solo nos falta conocernos en persona. Al fin y al cabo, no deja de ser un trámite, como perder la virginidad. Si este rollo te gusta, y estás abierto a lo que pueda ocurrir, solo es cuestión de tiempo llevarlo al mundo real.

Gracias a Alexa, mi marido y yo nos hemos quitado muchas tonterías de encima: los celos, la posesión, la permisividad. Si ves el sexo como un juego y quieres vivir aventuras, has de confiar en tu pareja. Todos somos un poco inseguros, yo también. Hay una parte de mí que tiene miedo. ¿Y si la otra le gusta más que yo? Creo que hay que tratar de vencer estos sentimientos. Reconocer que los tienes ya es un paso para ponerle remedio.

La gente es muy cuadriculada. Piensan que quiero follar con otros hombres porque me he aburrido de hacerlo con mi marido. ¡Para nada! Es justo al revés. Lo que me pone es hacer este tipo de cosas con él. Para hacer un trío, un intercambio, lo que sea, debe haber sinceridad y complicidad. Una aventura así afianza la relación. Yo quiero probar cosas nuevas y quiero probarlas con él.

Las mujeres hemos evolucionado mucho a nivel individual, pero el entorno no ha progresado al mismo ritmo. Los hombres lo tienen más fácil que nosotras, y justamente por eso no se lo trabajan. También es cierto que cada vez hay más hombres que se preocupan por el placer de sus mujeres, pero ellos no tienen que derribar ninguna barrera. No creo que sufran las luchas internas que tenemos nosotras. Las mujeres estamos a años luz de liberarnos por completo. La primera vez que me masturbé en la bañera y me corrí, flipé en colores. No sabía que algo así fuera posible. Por eso lo viví en secreto, con sentimiento de culpa. En cambio, era *vox populi* que los chicos se masturbaban sin parar. Muchos padres les regalan preservativos a sus hijos. ¿Qué padres le regalan condones a sus hijas? Lo normal es que digan: «La voy a encerrar en casa hasta que sea adulta». El mundo del sexo es falocéntrico, tan sencillo como eso.

Yo tengo suerte, mi marido es muy generoso, se preocupa por mi placer y disfruta viéndome disfrutar. Pero él y yo llevamos muchos años juntos y lo veo venir a la legua. Cuando me da una palmada en el culo o me dice «qué bien te sientan estas mallas, te marcan los labios», sé que tiene ganas de follar. Me gustaría que no fuera tan obvio. Lo veo cada día, le lavo los calzoncillos; necesito un poco de sensualidad. Es la única parte donde flaquea. En general, los tíos son más básicos que nosotras. Si mi marido está sentado en el sofá fumando y yo me arrodillo y se la chupo, se excita en cero coma. No necesita nada más. Por desgracia para él, lo más seguro es que si hace lo mismo conmigo yo le grite: «¿Pero qué haces?». A mí no me gusta que él vaya al grano, necesito que me estimulen, creo que nos ocurre a todas. «Espera un poco antes de bajar. Dime algo picante, bésame, tócame por encima de la ropa que cuando llegues ahí ya esté mojada». Si él me lo come de buenas a primeras me violenta porque veo que él está cachondo, pero yo no estoy en el mismo nivel y no quiero obligarme a hacer algo a la fuerza. Si él fuera un extraño no sería necesario porque un cuerpo nuevo ya te excita, pero después de trece años juntos, y de conocernos como nos conocemos, necesito que haya preliminares.

Soy una persona muy exigente y, aunque no lo parezca, también muy insegura.

Cuando era jovencita me costaba desnudarme porque me veía demasiado delgada. Ahora pienso: «¡Qué gilipollas fui!». La verdad es que siempre he sido una chica resultona. Aunque si te soy sincera desvirtualizar a Alexa me da cierto reparo. Tengo miedo de que regrese mi inseguridad juvenil. En mis fotos no uso Photoshop ni filtros, pero, claro, siempre trato de quedar favorecida. Además, no muestro la cara. ¿Qué pasará cuando esa persona que solo me conoce a través de imágenes me conozca de verdad? ¿Y si le gusta mi cuerpo, pero piensa que mi cara es la de una vieja? ¿Y si al agacharme se me ven las lorzas de la barriga? ¿La celulitis? ¿Las arrugas? Las mujeres tenemos un ideal de belleza en la cabeza inalcanzable; es nuestro defecto de fábrica. En realidad, cuando te quieres a ti misma y te aceptas tal y como eres, la gente lo percibe, y no hay nada más atractivo.

Alexa me ha enseñado que no hace falta tener un cuerpo perfecto para triunfar. También me ha servido para recordar que el sexo me hace sentir viva. Eso no significa que sea el *leitmotiv* de mi vida, pero gracias al sexo mi matrimonio ha experimentado un gran impulso y no quiero que termine. Quiero seguir disfrutando del sexo mientras pueda. Quiero seguir sintiéndome deseada. No me gusta que me llamen «señora». No me identifico con esta palabra. Por dentro soy la misma persona que era a los veinte años. Ahora mismo estaría dispuesta a morir follando.

LUCÍA

47 años, soltera, sin hijos

«He llegado a la conclusión de que amor y sexo
no van de la mano. En teoría, sí,
pero en la práctica es más complicado;
no puedes tenerlo todo en esta vida».

La educación que recibí fue machista, y me la dio mi madre. Además me pegaba. Durante años creí que era normal, que pasaba en todas las familias. La realidad era demasiado chunga para aceptarla. Mi madre me decía que yo era mala persona. Mi única opción fue hacerme la dura.

A los once años un amigo de mi hermana mayor abusó de mí. Él tenía dieciocho y pesaba ochenta kilos. Comenzó a manosearme, me entró el pánico y empecé a gritar. Gracias a Dios la cosa no fue a más. Al llegar a casa se lo conté a mi madre, no usé la palabra «abuso» porque entonces no la conocía, simplemente le relaté lo ocurrido. Ni me llevó al médico ni se lo contó a mi padre, ni siquiera me creyó. Mi madre me acusó de habérmelo inventado, y allí acabó todo.

A partir de ese momento traté de ser lo menos femenina posible y al llegar a la adolescencia adopté un look masculino. Era mi modo de protegerme. No quería que los hombres me vieran como un objeto de deseo. Esto no evitó que a los veinticuatro años me violaran. Mucha gente cree que para que se dé una violación debe haber uso de la fuerza, y no tiene por qué. Por desgracia, la mayoría de los violadores son gente cercana a la víctima. En mi caso fue el novio de una amiga. Aquella noche yo estaba triste, fui con ellos a una discoteca y me pillé una borrachera de mil pares de cojones. En un momento dado salí fuera y me puse a dormir la mona en el coche. Estaba en el asiento de atrás y, de repente, noté que el coche se movía. Abrí los ojos y vi a un chico encima de mí. Pensé: «¿Quién es? ¿Es el novio de Sofía?». Estaba medio inconsciente y no supe reaccionar. Después me culpé de lo ocurrido. ¿Por qué no me he defendido? ¿Por qué no le he dicho que parara? ¿Por qué no he gritado pidiendo ayuda?

Ahora sé que es una reacción típica de las víctimas de violación: nos culpabilizamos a nosotras de lo que nos ha pasado. «Yo me he puesto en esta situación. No debería haber bebido tanto. No tendría que haber salido sola». Aceptar algo así es muy difícil, y yo me callé. Mi madre no me había creído cuando le dije que habían abusado de mí y di por hecho que esta vez sería igual. Ahora las cosas han cambiado, pero antes la sociedad enseñaba a las mujeres que era mejor callar. He tardado años en verbalizar lo que me ocurrió. Las mujeres hemos de denunciar porque si no lo hacemos, todo seguirá igual, pero en aquella época yo era joven y solo quería olvidar lo ocurrido.

Al cabo de poco tiempo me enamoré de un hombre de cuarenta años. Él estaba casado, yo al principio no lo sabía. Me engañó y caí de cuatro patas. Teníamos mucha química, pero tras unos meses viéndonos a escondidas me cansé de ser la amante y le dejé. Entonces, él se separó y volvimos. ¡Qué imbécil! Me tragué el divorcio, a sus dos hijas, me lo tragué todo. Él era un perla y yo una ingenua. Me hizo creer que era especial, cuando en realidad me engañaba y manejaba a su antojo. Estuvimos ocho años juntos. De una relación así sabes cuándo entras, pero no cuándo sales. Al final lo dejé porque me sentía pisoteada. Nunca más he vuelto a estar con un hombre casado.

Me fui a vivir con mi padre, mi madre no me quería en su casa. Lloré muchísimo, pero fue una suerte. Gracias a él supe lo que es tener una familia, alguien que se preocupa por ti, que te cuida y te quiere incondicionalmente. Era muy buena persona mi padre. Las tetas que ves me las regaló él. Ya era mayor cuando me operé. No lo hice porque estuviera acomplejada. Simplemente comencé a salir de noche por Barcelona, a ver chicas operadas, y quise tener una figura más proporcionada.

El cuerpo de la mujer es hermoso, pero durante siglos nos han hecho creer lo contrario. ¿O a santo de qué tenemos la idea de que la vagina es sucia? Al principio de tener relaciones, a mí no me gustaba que me la mirasen; me daba apuro. Creía que mi vagina era fea. Las mujeres de mi generación ignoramos cómo son nuestros propios coños. De jovencitas todas sabíamos qué era una mamada, pero nadie nos hablaba del cunnilingus y en la televisión no aparecía. De hecho, muchos hombres no te lo comen porque lo consideran asqueroso.

La sociedad nos ha inculcado un ideal de mujer que es inalcanzable. También te diré que yo no quiero ser ese tipo de mujer. Hay una línea muy fina entre que tu cuerpo guste a los demás y solo gustar por tu cuerpo. No me considero un pibón, pero tengo mi público: peso cincuenta kilos y llevo el pelo corto y canoso; no soy una mujer exuberante. Muchos hombres no me consideran femenina y muchos me preguntan si soy lesbiana. Para ellos las mujeres de verdad llevan melena, son recatadas y complacientes, y yo no entro en ese canon. Los hombres buscan mujeres que sean pasivas durante el día, pero que luego en la cama tengan iniciativa. ¿No te parece una contradicción? A mí en la cama me gusta adoptar un rol pasivo y hay gente que lo ve mal. O sea, si soy pasiva cuando ellos quieren cojonudo, pero cuando yo lo decido libremente está mal. ¿En qué quedamos?

Cuando me preguntan: «¿A ti qué te gusta?», me dan ganas de soltarles un monólogo. Y cuando quieren saber qué me gusta más les respondería: «¿Solo puedo escoger una cosa?». Yo lo quiero todo, joder. Ahora en serio, hay preguntas que son forzadas. «¿Con cuántos hombres has follado?». Contestes lo que contestes estará mal, porque si eres sincera corres el riesgo de que al otro no le guste tu respuesta. Yo nunca les contesto. Porque, seamos realistas, a las mujeres se nos sigue juzgando por nuestra conducta sexual

Me considero demisexual. Para tener buen sexo necesito haber establecido previamente un vínculo emocional. Si no hay una conexión con la otra persona, el sexo no me interesa. Para eso me hago una paja. No te estoy hablando de amor, solo de complicidad, ya sea emocional, intelectual o amistosa. He salido con chicos gordos, peludos, calvos. Si me atrae su personalidad, el físico pasa a un segundo

plano. Para mí el sexo debería ser un vínculo entre dos personas, pero esto es difícil de conseguir, por eso tienes que ir probando. Los grandes descubrimientos de la historia se han hecho descartando otras opciones. Solo sabes cuáles son tus límites a fuerza de transgredirlos. Y solo sabes lo que está bien a fuerza de cagarla. Por más que te expliquen en qué consiste el buen sexo hasta que tú no lo experimentas lo desconoces. A mí me gustan los hombres que me consideran una igual; este es un buen comienzo. Y aunque el primer polvo que echemos no sea espectacular, si estoy a gusto repito seguro. Es muy difícil que todo salga rodado de buenas a primeras, pero si estás cómoda tienes más probabilidades de que ocurra. Lo he aprendido con el tiempo. Porque en el sexo intervienen muchos factores: tu estado de ánimo, el suyo, la química entre ambos…

Los tíos viven engañados. Les interesa creer que las mujeres nos corremos siempre porque si no tendrían que plantearse qué están haciendo mal. Muchos te lo preguntan directamente: «¿Te has corrido?». Me hace gracia. Si lo tienes que preguntar la respuesta es «no». Ni siquiera se dan cuenta, y eso que cuando tienes un orgasmo el cuerpo responde de forma involuntaria: estiras las piernas, se te van los ojos, te palpita la vagina… ¿Por qué voy a disimular? Cuando tienes un orgasmo, seas hombre o mujer, pierdes el mundo de vista. ¿Qué les hace pensar que nosotras somos distintas a ellos? Creo que se autoengañan para sentirse mejor con ellos mismos.

He llegado a la conclusión de que amor y sexo no van de la mano. En teoría, sí, pero en la práctica es más complicado; no puedes tenerlo todo en esta vida. Y que quede claro que yo estoy soltera porque me da la gana, no por culpa de cómo son los hombres. A veces las mujeres tendemos a responsabilizarles solo a ellos: que si ya no me mira, que si no me dice cosas bonitas, que si no me lleva a cenar fuera. ¿Y tú? ¿Qué haces? Es muy fácil culpar a los demás de tu situación. Es normal que con el tiempo la pasión se estanque y dé paso a la confianza y a la complicidad; tiene que ser así. Si la monotonía se instala en la relación tienes que mover el culo. También depende de la pareja, claro. Pero por norma general si quieres novedad en el sexo tienes que abrir la mente. Aunque llegar a acuerdos en este tema requiere de esfuerzo y trabajo previo.

Con algunas de mis parejas he hecho tríos y he ido a clubs de intercambio. Porque a mí ver disfrutar a mi pareja me pone a cien. Él puede follar con otra, pero está allí conmigo, me está mirando. La gente no lo entiende, pero es algo de los dos y una experiencia maravillosa. Siempre que los dos quieran lo mismo, por supuesto.

Hay hombres que suspiran por follar con otras mujeres, pero no soportan que su chica haga lo mismo, y pasa igual con los tríos. Si es con dos chicas les parece estupendo, pero con dos chicos no quieren. Creo que es fruto de su inseguridad: tienen pavor de que te guste más el otro. También hay parte de homofobia: miedo a ser tildado de maricón. Para mí una boca es una boca y un culo es un culo. Además, una noche de sexo con alguien de tu mismo género no te convierte en homosexual. Yo he hecho tríos con otras mujeres y jamás me he planteado si soy lesbiana. También te diré que nunca podría enamorarme de una mujer, pero en un momento de calentón me da igual el género. Para mí lo importante es la persona, ya te he dicho que soy demisexual.

Animo a todas las parejas a que vayan a un club de intercambio: es muy excitante. El primer día os dais una vuelta por el local. Todo el mundo está desnudo, pero nadie os entrará a saco. Quizá una pareja se siente a vuestro lado, os dé conversación, os invite a una copa; todo muy respetuoso. La gente que está allí sabe adónde va. Jamás he visto una escenita. Habrá días en que no encontréis a nadie que os atraiga y solo miraréis, otros en que os animaréis a participar. Lo más importante es tenerlo todo hablado y pactado de antemano. Yo nunca he dado mi teléfono ni he quedado con nadie fuera de allí. Tampoco he repetido dos veces con la misma persona. Estas son mis normas. Una cosa es disfrutar de la experiencia y otra poner en riesgo mi relación. Y, siempre y cuando la pareja esté de acuerdo, ¿qué importa lo que piensen los demás?

En estos clubs he hecho cosas que jamás imaginé que haría. Un día mi pareja y yo entramos en el cuarto oscuro y, no sé cómo fue, primero llegó uno, después otro y otro más… Al final estaba allí con cuatro hombres. Sus mujeres, mirando. Jamás pensé que sería capaz de hacer algo así; fue superdivertido. En un club de intercambio se respira una libertad sexual y un respeto que hace que estés abierta a todo. Puede ocurrir que, de repente y de forma espontánea, se junten veinte personas haciéndolo todo con todos. No es lo habitual, pero si hay un lugar donde puede pasar es ahí.

A mí complacer al otro en la cama, me pone. No hace falta que me lo ordenen, ni tan siquiera que me lo pidan. Y ahora mismo estoy en un punto de mi vida en que quiero averiguar si soy lo que se dice «una sumisa». Tengo curiosidad por saber cómo funciona este mundillo. Así que entré en una página de BDSM, me creé un perfil y pasé un par de meses investigando. Es una página de contactos como cualquier otra, la única diferencia es que aquí las personas comparten una única tendencia sexual.

Aún no he encontrado a ningún amo que me guste. Que sea inexperta no significa que sea imbécil. En estas páginas hay muchos amos de pacotilla y muchísimos tíos que están mal de la cabeza. También hay mucho hombre egocéntrico, aunque los hay en el BDSM y fuera de él. Los tíos no entienden que una cosa es querer ser sumisa en la cama y otra distinta serlo en la vida real.

Si te digo la verdad lo que me gustaría es tener un follamigo con vínculo. Conocer a alguien que me gustara de verdad, con quien poder acostarme de vez en cuando, que fuéramos amigos, pero sin complicarnos la existencia. Esta sería mi relación ideal. Encontrar a alguien que me quiera por mis defectos, porque si un hombre solo me aprecia por mi lado bueno o pretende moldearme a su antojo, no le veo futuro. Por eso cuando conozco a alguien intento mostrarme tal cual soy.

Hay mujeres que tienen las expectativas muy altas, y así van directas a estrellarse. Si esperas a tu príncipe azul lo llevas mal. Los cuentos de hadas solo existen en la factoría Disney, y todas las princesas están fatal. Blancanieves habla con los pajaritos y vive con siete enanitos. Cenicienta se casa con un desconocido solo porque le trae su zapato, por no hablar de que se pasa el día limpiando. La Sirenita renuncia a su cola de pez y a su voz por un extraño. Dime qué princesa tiene algún objetivo en la vida más allá de encontrar el amor… ¡Me indigna! Yo no quiero ser ninguna princesa. Yo quiero ser yo.

Los cuentos de los hermanos Grimm no tienen nada que ver con el relato

edulcorado de Disney. Los cuentos originales servían para advertir a los niños de los peligros que había en el mundo, como los ladrones, los embaucadores, los pervertidos; los relatos eran un reflejo de la sociedad de entonces. Ya me gustaría a mí conocer a un hombre majo, que se enamorara de mí y que encima fuera rico. Ojalá. ¿Pero cuántas veces pasa? Así que, chicas, dejad los cuentos, que ya somos mayorcitas.

Tengo cuarenta y siete años y cada vez me resulta más difícil encontrar pareja. Un tío de mi edad que esté bien, acostumbra a estar casado y con la vida montada. Luego están los separados con hijos. A estas alturas de mi vida no tengo ganas de sacrificarme por ningún hombre. La maternidad nunca ha sido una prioridad para mí. Si me hubiera quedada embarazada hubiera abortado sin pensarlo. Y si descartas los casados y los separados solo quedan los dudosos. No quiero decir que tengan algo malo, simplemente que sus prioridades son otras.

Llevo casi dos años sin practicar sexo. He estado pasando por un momento personal delicado y cuando tienes problemas no te apetece tener sexo. Yo si no tengo ganas, no me fuerzo. Y si estoy cachonda, todo lo contrario, no me lo pienso dos veces. Por eso hay épocas en que follo mucho y otras en que paso de todo. La frecuencia también varía en función de la suerte que tenga. A mí me interesan las personas. Digamos que voy de dentro hacia fuera, y los tíos funcionan diferente. Ellos van a piñón y, encima, cuando les cantas las cuarenta se ofenden; son unos hipócritas.

No me pongo cachonda viendo el físico de un pavo. Necesito conversar con él, conocerlo, saber cómo piensa, cogerle confianza. Mi zona erógena por excelencia es el cerebro. Si un hombre me motiva intelectualmente lo tiene muy fácil conmigo. Me puede tocar donde sea que responderé seguro. En cambio, si no lo admiro o él no me hace sentir valorada, no funcionará. Y me gustan los hombres que toman la iniciativa porque pensar me agota. Me gusta que sepan manejarme, pero que me respeten y me dejen ser quien soy. Si un hombre domina la situación, pero se despreocupa completamente de mí, de mis necesidades y mis deseos, no me interesa.

Los jóvenes tampoco me van. Ni me gustan las mujeres adultas que van con jovencitos ni los hombres maduros que van con jovencitas. Para mí estas relaciones son desiguales y funcionan con manipulación. Es cómodo poder manejar al otro a tu antojo. ¿Sabes de qué me he dado cuenta? Me enloquece que me hablen en otros idiomas cuando estoy follando. Sobre todo francés, italiano y portugués. Me disparo. Aunque no tenga ni idea de qué me están diciendo. En cambio, el inglés y el alemán no me dicen nada. También he observado que los hombres de cuarenta y cincuenta follan más silenciosamente ahora que cuando tenían veinte años, y a mí me pasa justo al revés: grito más que nunca. Antes me reprimía por miedo al qué dirán. Ahora lo suelto y a ver qué pasa. Creo que para ellos el momento álgido del sexo es a los veinte años mientras que para nosotras es a partir de los cuarenta. A esta edad te conoces y has perdido la vergüenza. Al menos, yo disfruto mucho más ahora.

Si me comparo con mi yo veinteañero ahora soy igual, pero más acentuada, porque con el paso de los años las perversiones y los vicios van a más. Soy una persona morbosa y cuando alguien me atrae, enseguida empiezo a maquinar: qué le haré, dónde se lo haré… Es muy divertido. Y egoísmo puro. Posponer tu placer para

satisfacer el del otro es muy placentero. Hacerle una mamada a tu pareja y decirle que no puede tocarte. Cada vez que lo intenta le retiras la mano. Cuando le das permiso para hacerlo el orgasmo está asegurado. Si alguien renuncia a su placer por ti, te sientes especial, y hay muy pocas personas que sepan hacerlo. A mí me gusta mucho satisfacer al otro y me gusta jugar. Además, sé que al final saldré ganando. Es vital que las mujeres sepamos qué nos gusta para poder mostrárselo a ellos. No puedes esperar que los hombres adivinen qué te pasa por la mente. El ochenta por ciento de los problemas sexuales se arreglarían con más comunicación.

Dicen que las mujeres somos más exigentes que los hombres, pero esto es fruto de nuestra herencia animal. Los hombres, por la calle, no pueden evitar mirar el culo y las tetas de las mujeres, sean gordas, viejas o miopes. En cambio, existen pocas mujeres que vayan mirando paquete. No es casualidad: detrás de este comportamiento hay toda una lógica de la biología. El hombre debe diseminar su esperma para mantener la continuidad de la especie. Él puede dejar embarazada a mil mujeres y no responsabilizarse de ningún niño. Pero las mujeres nos quedamos con el bebé, y esto nos lleva a ser más selectivas: es la ley de la naturaleza.

Ya no estoy el día entero pensando en follar, pero cuando me disparo, me disparo. ¿Sabes qué fantasía tenía y pude cumplir? Echar un polvo en la Sagrada Familia de Barcelona. Subimos a una de las agujas verticales y lo hicimos allí mismo. No fue la bomba, pero fue emocionante. Follar viendo toda la ciudad es la hostia. ¿Cuánta gente puede decirlo?

Algo que nunca he hecho y me gustaría es sodomizar a una mujer. Con un hombre ya lo hice, porque él me lo pidió. Y se lo pasó teta. Cambiar de rol e imaginar qué siente un tío al follar es excitante, pero yo no tengo polla y no siento lo mismo que un hombre. Tenía que coger el dildo y empujar, y con el cinturón aún era más complicado. Acababan doliéndome las manos, los brazos y el cuerpo entero. A este tío al final lo dejé porque solo quería que lo enculara, cuando cogen el hábito ya no quieren otra cosa. A ver, que tampoco hemos descubierto nada nuevo. Lo que pasa es que nos gusta poner etiquetas. Hace tiempo leí que el emperador Nerón, en su palacio, tenía una jaula de gran tamaño. Le pedía a sus soldados que ataran a varios hombres desnudos a los postes y entonces él se vestía con una piel de leopardo y se tiraba encima de sus genitales como una fiera. Los sádicos, los masoquistas, los homosexuales, los bisexuales, los tríos, las orgías… han existido desde el inicio de la humanidad.

Ahora bien, la tendencia sexual actual es chunga. El sexo se ha convertido en un negocio: webs pornográficas, páginas de contactos, aplicaciones para ligar, webcams, porno casero, burdeles, *escorts* de lujo, prostitutas de carretera… Como la sociedad siga por el mismo camino que ahora acabaremos mal. Cada vez hay menos cultura y la cultura es una parte importante para la igualdad de la mujer. Ojalá que la gente lea, se informe y tenga la mente abierta, porque si no, lo tenemos negro. Hoy día hay mucho negocio sexual, pero poca información constructiva, y este es un trabajo individual que ha de hacer cada uno. Piensa que para calcular el PIB de un país los gobiernos tienen en cuenta el dinero que genera la prostitución, ¡que es ilegal! Estamos jodidos. El sexo es una industria y la libertad sexual continúa perseguida. ¿Cuántos futbolistas gais conoces? Y en Europa todavía, pero en muchos lugares del

mundo aún se sigue colgando a los homosexuales y matando a las adúlteras a pedradas. Nuestra generación ya no lo verá, pero los jóvenes que vienen, ¿qué sociedad encontrarán?

NANCY

48 años, casada, sin hijos

«Si tienes veinticinco años y eres activa
sexualmente tiene un pase, pero ¡ay de ti!
si has cumplido los cuarenta».

A lo largo de mi vida me habré acostado con un centenar de hombres y, sinceramente, creo que mi sexualidad es de lo más sana. El problema es que si eres una mujer sexual la sociedad te etiqueta como a una puta. El lenguaje es muy perverso. ¿Sabes de dónde viene la palabra ninfómana? ¿Sabes que solo existe en femenino? Todavía existe el mito de que las mujeres no quieren tener sexo, como si los hombres siempre tuvieran ganas y las mujeres respondiéramos: «No, no, no». ¡Es falso! En mi caso, además, es todo lo contrario.

Mi marido y yo llevamos más de veinte años juntos y nos queremos mucho. Lo único que falla en nuestro matrimonio es el sexo, pero el sexo es una parte muy importante de la relación. Nos hemos separado muchísimas veces a causa de la falta de sexo, pero al final siempre volvemos. También hemos probado de todo para solucionar este problema: hemos ido a terapia, a clubs de intercambio, incluso hemos intentado abrir la relación y que cada uno tenga sexo por su lado. Nada ha funcionado, y lo más penoso es que yo me he visto obligada a mentir. Porque si les digo a los hombres que solo quiero tener sexo casual me llaman a las tres de la mañana cuando quieren echar un polvo o se permiten la libertad de insultarme y juzgarme. Cuando te tratan así te sientes una mierda. Por eso les digo que estoy soltera, aunque no sea verdad. No me gusta mentir, pero no me queda otra opción.

He pasado muchos años sintiéndome fatal. Pensaba que era la única mujer del mundo con un marido que no quería tener sexo, y esta situación me hacía sentir culpable. Además, me daba vergüenza contarlo. Tener sexo extramatrimonial de una sola noche era el único modo que tenía de seguir con mi marido y satisfacer la necesidad sexual que tenía. Ahora lo veo diferente, pero durante muchos años he sentido que había algo en mí que no funcionaba bien, que era una persona rota. Pensaba que mi sexualidad era como la de un hombre, y me sentía muy sola. Yo no hablo de sexo con mis amistades. Muy pocas personas saben que me he acostado con otros hombres aparte de mi marido. La gente te juzga. Por eso prefiero callar. La sociedad es muy hipócrita.

Por un lado, a las mujeres nos bombardean con mensajes de que debemos ser activas en la cama, pero si lo somos demasiado entonces nos llaman zorra. A mí, por ejemplo, no me gusta que me escupan en la cara. No digo que esté bien ni mal, solo que a mí no me gusta. En cambio, si en la primera cita con un hombre yo me muestro asertiva y le digo «fóllame», muchos lo consideran demasiado. El ego

masculino es muy frágil.

Entonces, ¿solo podemos hacer lo que ellos desean? ¿Dónde queda nuestro placer? «Hola, ¡yo también estoy aquí!». No necesito tres horas de sexo *non stop,* pero veinte minutos me parece poco. ¿Es mucho pedir? No quiero irme a casa sin mis tres orgasmos y me he encontrado con tipos que me han dicho: «¡Pero si ya te has corrido!». Ya, bueno, pues quiero más. La naturaleza ha dotado a las mujeres de esta capacidad, ¿por qué deberíamos renunciar a ella?

Luego está el tema de la edad: si tienes veinticinco años y eres activa sexualmente tiene un pase, pero ¡ay de ti! si has cumplido los cuarenta. Entonces te dicen que una mujer adulta debería estar por otros temas. Muchos hombres casados con hijos tienen aventuras. «Es normal —dice la gente—, hace veinte años que está con la misma mujer». Y si la chica es una veinteañera, también les parece normal. Ahora bien, si una mujer casada tiene una aventura con un hombre de veinticinco es una zorra. Aunque hombres y mujeres nos comportemos de la misma manera, a nosotras se nos juzga según un baremo y a ellos con otro distinto.

Me casé a los veinticuatro años. A esa edad, mis amigas lo hacían con sus novios a diario y yo, con suerte, una vez cada mes y medio, y siempre era yo quien lo buscaba. Tenía la sensación de estar mendigando algo que a mí me parece básico en una relación. A su lado no me sentía atractiva ni deseada. Antes de estar con él, yo había tenido relaciones lésbicas y, al principio, creí que quizá ese era el motivo de que no me encontrara sexy.

Vengo de una familia donde los roles femenino y masculino están muy marcados. Las mujeres estaban al servicio de los hombres: cocinando, limpiando y atendiéndoles en sus necesidades. Ellos tomaban todas las decisiones. Soy la mayor de tres hermanas y mi padre siempre nos trataba como si fuésemos sus empleadas. Además, cuando tenía cinco años sufrí tocamientos deshonestos por parte de mi abuelo paterno. Y con catorce, el primer chico que me besó, casi me viola.

Estaba en la bolera con unas amigas, él me pidió que lo acompañara un momento al bar y fui. Yo era muy inocente. Él, mayor de edad, y muy guapo. Pero me encerró en el almacén, cerró la puerta con cerrojo y empezó a manosearme. Grité y logré escapar, pero aquella experiencia me traumó. Empecé a engordar. Llegué a pesar noventa kilos. Tener sobrepeso era mi modo de protegerme de los hombres. De los catorce a los dieciocho no quise saber nada de ellos. El último año de instituto me fui a estudiar a otro país. Allí adelgacé y pasé de ser una niña rara a convertirme en una chica popular. Entonces, empecé a salir con un chico. Él quería tener sexo antes de que me fuera y aunque era muy majo, yo era incapaz de pasar de los besos.

Al regresar decidí ir a ver a un psicólogo. Era muy consciente de que tenía un bloqueo con el tema del sexo. Me atraían los chicos, pero al mismo tiempo me causaban rechazo. En la universidad, la gente follaba como conejos, y yo quería curarme. Hice un año de terapia y al terminar conocí a un chico maravilloso. La psicóloga me había dado un libro con los ocho pasos que hay que seguir para superar el trauma y él hizo todo el proceso a mi lado, respetando mi espacio y mis ritmos. A su lado me sentía segura y tranquila, así que a los veinte años perdí la virginidad con él.

A las mujeres nos venden la idea de que hay que tener sexo con amor y este chico

reunía las condiciones adecuadas. Físicamente me dolió, pero anímicamente me sentí feliz. Fue bonito. Éramos novios y nos queríamos. Salimos durante un año, pero al final me engañó con una conocida. El siguiente novio que tuve también me engañó. A partir de entonces decidí que no me gustaban los hombres. Me dije: «¡Soy lesbiana!».

De hecho, mientras estaba en la universidad empecé a sentir atracción por las mujeres. Vivía en una residencia universitaria y cuando mi compañera de habitación se desnudaba sentía tensión sexual. Me preguntaba: «¿Por qué la estás mirando así?». A esa edad no la identificaba como tal ni tenía las herramientas necesarias para gestionarla. Ella era heterosexual y yo, en teoría, también, así que no le di importancia. Además, tenía miedo de decirle algo y que ella se lo tomara mal. Hasta que mis novios no me engañaron no me permití intentar nada con las chicas. Y aun así, para liarme con la primera necesité tomar éxtasis. Ella y yo estuvimos saliendo un año. Después, ya no necesité tomarme nada para tener sexo con una mujer. Es curioso porque he disfrutado mucho acostándome con mujeres, pero jamás me he enamorado de una. No descarto que pueda ocurrir en un futuro. De hecho, de joven pensaba que iba a ser lesbiana toda la vida hasta que conocí a mi marido y me enamoré locamente de él.

Antes de conocerlo la penetración no me decía nada. Mis orgasmos eran, y siguen siendo, mayoritariamente clitorianos. Y aunque con él disfrutaba de la penetración, no tenía los mismos orgasmos que tenía estando sola. No fue hasta después de un año y medio de estar juntos que hice un clic y empecé a flipar de verdad. Por aquel entonces ya estábamos muy enamorados y vivíamos juntos. Entre nosotros no cambió nada. La que cambié fui yo. A partir de ese momento no concebía el sexo sin penetración. Y ahora, después de tantos años acostándome con hombres, reconozco que prefiero una polla a un dildo. Entonces, ¿soy heterosexual? ¿Lesbiana? ¿Bisexual? No lo sé. Lo que sé seguro es que no me gustan todos los hombres ni todas las mujeres. Así que pienso que soy pansexual porque yo siento atracción por las personas, independientemente de cuál sea su identidad de género.

Con mi marido hubo *feeling* desde el principio. Lo conocí en las fiestas de mi pueblo. Creía que lo nuestro sería un rollo de una sola noche, que no nos íbamos a ver más. Así que lo hicimos; me encantó. Él se fue a su casa, pero me llamaba cada semana. Decidí venir a visitarle en vacaciones. En principio, dos semanas. Después, él me pidió que me quedara un mes. Y, al final, nos casamos. Me enamoró todo de él. Mi marido es inteligente, creativo, extrovertido, divertido y buena persona. Sería incapaz de matar a una mosca. Me gustan sus ideas y su sentido del humor. Él y yo compartimos los mismos valores y tenemos una conexión muy fuerte. Para mí es el hombre perfecto, casi.

Al principio el sexo que teníamos era buenísimo, pero enseguida perdió el interés. Él viajaba mucho por trabajo, pasábamos largas temporadas sin vernos, yo estaba esperando a que él llegase a casa para hacerlo y siempre me llevaba un chasco. Me decía que estaba cansado, que no le apetecía salir y menos tener sexo. Él jamás me buscaba y cuando lo hacía yo, me rechazaba. Era horrible. ¡Apenas llevábamos dos años casados! Aguanté y aguanté hasta que un día le fui infiel con un compañero de trabajo. Y que conste que lo pasé fatal. Necesité emborracharme para dar el paso.

¡Pero estaba tan rabiosa! Fue un polvo de despecho. Una manera de decirme a mí misma: «Mi marido no quiere follarme, pero hay muchos hombres que sí». Este chico me colmaba de atenciones y piropos, pero a mí no me interesaba. Además, me sentía culpable por haber sido infiel a mi marido. Así que se lo confesé todo y le dije cómo me sentía. Él me prometió que iba a cambiar. «Te quiero, disfruto del sexo contigo». Todo siguió igual.

Al cumplir los veintisiete empecé a tener aventuras extramatrimoniales, nada serio. De vez en cuando, iba a la discoteca Aire de Barcelona y me enrollaba con alguna chica. Pero allí las mujeres eran del tipo marimacho y yo soy muy femenina. Las chicas se metían conmigo. Me preguntaban cómo coño había entrado y me recriminaban que estuviera allí. No se creían que me gustasen las mujeres y al final dejé de ir. También me lie con varios chicos, pero yo seguía enamorada de mi marido. No entendía que él no me buscase, no paraba de preguntarme: «¿Qué hago mal? ¿Qué hay en mí que no le agrada?». Nunca imaginé que el problema pudiera ser suyo. Daba por sentado que la defectuosa era yo. Él no quería follar conmigo, pero tampoco quería separarse. Así que le dejé y me fui a vivir sola. Siempre que nos hemos separado ha sido porque yo he tomado la decisión, y eso aún me hacía sentir peor. «Dejas a tu marido porque no quiere tener sexo. Eres una mujer mala». Llevar esa carga a tus espaldas es muy duro.

Estando sola tuve varias aventuras de una noche, es lo más fácil. Y aunque tuve un sexo maravilloso, no me enamoré de nadie. Es difícil conectar con alguien. Además, a medida que te haces mayor te vuelves más exigente. Con veinticinco años me podía pasar la noche entera bebiendo, follando y sin dormir; no había problema. Ahora es diferente. Tengo una vida ocupada, llena de responsabilidades, no quiero pasarme la noche en vela y estar resacosa al día siguiente. Necesito tener energía para hacer las mil cosas que debo hacer. Con la edad tienes menos tiempo y las expectativas más altas. La combinación de los dos hace que las posibilidades de sexo disminuyan. Además, yo no quiero cantidad, quiero calidad.

A pesar de estar separados, mi marido y yo no perdimos el contacto y al cabo de un tiempo decidimos volver a intentarlo. Y, como siempre, la cosa no chutó. Empecé otra vez a tener aventuras. Iba a la discoteca con una amiga y buscaba a los chicos que habían tomado éxtasis. Porque sabía que me tratarían bien, que serían cariñosos conmigo y que podrían follar. El problema es que después volvía a casa y me sentía fatal. Así que un día se lo conté todo a mi marido. No quería que entre nosotros hubiera secretos. Él lo entendió y, como llevábamos más de diez años casados y nos queremos mucho, decidimos abrir la relación. Pero yo seguía sintiéndome culpable, así que fuimos a hacer terapia de pareja en un gabinete especializado en sexualidad.

En aquella época mi marido veía mucho porno para masturbarse, en cambio, no quería tener sexo conmigo. La terapeuta nos dijo que él debía reducir el consumo de pornografía porque lo que veía en la pantalla no era real y además causaba adicción. También nos propuso varios experimentos con la intención de animarlo a tener relaciones sexuales. La primera vez que hicimos un trío contratamos a una profesional. No me enorgullezco, va contra mis principios, y no lo repetiría. Y aunque a mi marido le gustó, siguió sin follarme. Entonces la terapeuta nos recomendó ir a un club de intercambio. Fui porque estaba desesperada, porque

quería que mi marido volviera a desearme, pero a mí este rollo no me va. Me parece cutre y no me siento a gusto: es un ambiente sórdido. Yo no tenía ninguna necesidad de ir a un club. Fui movida por él, y esto también me da un poco de miedo. ¡Somos tan liberales! ¡Qué bien! Pero no sé hasta qué punto soy liberal o lo hago para mantener a mi marido a mi lado. No olvidemos que a las mujeres nos han educado para complacer a los hombres. Sea como sea, nada de lo que probamos funcionó y al cabo de seis meses la terapeuta nos echó. «No sé qué más puedo hacer por vosotros».

Y como él viajaba mucho por trabajo, le dije: «Si quieres follar con otra cuando estás fuera, hazlo. No me importa. Usa condón y no me lo cuentes. Luego vuelve a casa conmigo y listo». Entonces descubrí que tenía una aventura. Me sentó fatal que follara con otra y me lo ocultara. Para mí lo nuestro era sagrado. Nos separamos de nuevo. Tenía treinta y largos, y mientras estuve soltera follé todo lo que quise. Salía de caza a la discoteca. Me entraban un montón de niños de veinte años, yo flipaba. Les decía mi edad, pero a ellos les daba igual. No sabía que a los jovencitos les gustasen tanto las maduritas.

También me abrí un perfil en Tinder, pero después de aguantar conversaciones poco brillantes y un sexo mediocre me he cansado. Hice match con un hombre guapísimo. Quedamos en su casa. Me desnudó, pero al final no quiso tener sexo conmigo. No sé por qué. Me sentí fatal. Después salí con otro. Fuimos a cenar y a tomarnos unas copas. Yo estaba muy cachonda y lo hicimos, pero el tipo de sexo que tuvimos no es el que a mí me gusta. Además, me dolió. Lo dejé terminar, pero no disfruté. Estas dos últimas experiencias me hartaron. Mi marido me propuso volver, y volvimos.

Quiero a mi marido, pero después de un tiempo juntos la falta de sexo me pesaba. Además, quería ser madre y él no quería tener hijos. Volvimos a separarnos. En el tiempo que estuvimos separados tuve un par de novios, nada serio, y cuando cumplí los cuarenta regresé con él y me sometí a una fecundación in vitro con su esperma. Hice tres intentos, pero no me quedé embarazada. De eso hace ya ocho años, y desde entonces hemos pasado varias temporadas separados, pero siempre volvemos. Nosotros nos queremos, simplemente él no tiene la misma necesidad de sexo que tengo yo. De hecho, un día me lo dejó bien claro. «No quiero tener más sexo». Y aunque yo tenía libertad para follar con otros, estaba cansada del sexo acrobático en plan gimnasia, así que después de esto estuve casi tres años sin follar.

Me gustaría que mi marido me mirase con ojos de deseo. Ya no soy una jovencita. Entre la celulitis, las ojeras, las arrugas del cuello y la flacidez en los brazos, hay días en que me veo fatal. Mi padre, que tiene setenta años, sigue encontrando a mi madre atractiva y se lo dice cada dos por tres. «Qué guapa estás hoy, qué bien te sienta este vestido». ¿Por qué yo no tengo esto? Es muy frustrante.

Cuando era niña no quería ser un objeto de deseo. Ahora, en cambio, sí quiero. A las mujeres nos han machacado con el tema del cuerpo. Nos valoramos en función de nuestro atractivo físico. Y me da rabia, porque me considero feminista, pero es un mensaje que tengo tan interiorizado que me cuesta horrores corregirlo. Yo no fui consciente de que era una mujer atractiva hasta que me separé. Mi marido siempre me rechazaba y yo creía que era un adefesio. Me costó lo mío darme cuenta de que era guapa. Creo que en el fondo sigo llevando a una chica gorda en mi interior. Gasto

una talla treinta y ocho, y siempre estoy a dieta. Cada día hago abdominales, pero por más ejercicio que haga no me cunde como antes. Esta es una lucha que no vamos a ganar. El tiempo va en nuestra contra. Además, las mujeres somos nuestras propias enemigas.

Yo misma cuando veo a una mujer gorda por la calle con ropa ceñida al cuerpo pienso: «¡Mira qué bien! Se ha puesto una minifalda y le da igual que se le marque la celulitis». Pero al instante, repito el mensaje social que tengo interiorizado: «Estaría mejor con un vestido largo y ancho que le disimulara los kilos de más». Me sabe mal pensar así, pero no puedo evitarlo.

No tengo un tipo de hombre determinado. Si pienso en los hombres con los que he estado, ¡son tan variados! He follado con hombres feos y guapos, pero, en general, me gustan más jóvenes que yo. Porque me agradan los bíceps y un torso musculado. Sin embargo, ahora mismo estoy teniendo sexo con uno que, visto desde fuera, es poco agraciado y con él tengo una química que no había sentido en mucho tiempo. Me da igual si es bajito o tiene un poco de barriga. Creo que el físico les importa más a ellos que a nosotras. Al menos para mí es un tema secundario. No voy a ir detrás de un hombre solo porque tenga una cara bonita. Si además voy a su casa y veo que en el baño tiene más cremas que yo, pierdo el interés. A mí me atrae el sentido del humor y la inteligencia. En general, me gusta la gente con chispa. Los hombres introvertidos también me atraen porque cuando empiezan a hablar generalmente saben muchas cosas interesantes. En cambio, los conservadores y los sosos me aburren.

Si me interesa el sexo es porque me interesan las personas, y cada uno es diferente. A mí, por ejemplo, que los hombres me hablen en la cama ni me excita ni me molesta. Sin embargo, el chico con el que estoy ahora me dice un montón de cosas y me pone a cien. Yo no soy habladora. Lo que sí soy es generosa. Me pone dar placer al otro y verlo disfrutar. A este chico podría estar veinte horas seguidas chupándole la polla. Él y yo tenemos un *feeling* muy especial. Son las hormonas, supongo. Ya te he dicho que es feo, pero entre nosotros hay mucha química. No sé explicarlo porque no hay lógica ninguna. A veces se da y a veces no.

¿Sabes qué me pone muy cachonda? Mi teta izquierda. Hay algo en mi teta izquierda que me hacer perder la cabeza. Si me la chupan me pongo como una moto, y solo me pasa con la izquierda. De joven me sacaron un quiste de la derecha y no sé si es por este motivo o qué, pero en el lado derecho no tengo la misma sensibilidad. Aunque ahora que caigo me pasa lo mismo en todo el cuerpo: el lado izquierdo de mi coño también es más sensible. He comprobado que cuando me masturbo me toco más ese lado que el derecho. No sabría explicar el porqué. El primer día que me acuesto con alguien le cojo la cabeza y la amorro a mi teta izquierda; es mi grifo.

En general, las palabras fuertes, como «macarra» o «cañera», me encienden. Pero depende mucho de la persona, de la situación y de mi estado de ánimo. También me gusta que me cojan con poderío. Sin embargo, no soporto que me tiren del pelo. Y el sexo anal me da angustia. Sufro de estreñimiento y solo de imaginar que la polla del tío podría salir llena de mierda me da asco y vergüenza. Me pasa lo mismo con la regla. Antes de estar con mi marido me gustaba hacerlo con la regla, porque con la regla estoy más cachonda de lo normal, pero a él no le gustaba y ahora me da apuro.

Me corro fácilmente, tanto si me masturbo como si me lo comen, pero lo que más me gusta es que me penetren, y frotarme. El roce está muy arraigado en el ambiente lésbico y yo siempre lo he añadido a mi sexo heterosexual. Me siento encima y mientras el tío me la mete yo me muevo en círculos. El problema es que hay hombres a quienes esta presión no les gusta o directamente se les baja. Entonces me pongo cuatro patas. Esta postura me permite estimularme el clítoris mientras ellos me penetran, así tengo doble placer.

Como llevaba casi tres años sin hacerlo, y estaba empezando a asustarme, dije basta. Así que en verano me acosté con un examante, pero él tiene un pollón y me dolió muchísimo. Creo que tengo una vagina pequeña, así que si la tienen demasiado grande me hacen daño. Especialmente, porque me gusta darle fuerte y tengo energía para hacerlo. He llegado a la conclusión de que una polla estándar me va perfecta.

Cuando era joven tendía a ser más dominante en la cama. Ahora, me apetece dejarme llevar. A mí lo que más me gusta del sexo es perderme. Soy una persona cerebral y controladora y debido a mi trabajo y al tipo de vida que llevo siempre estoy dándole al coco. Únicamente soy capaz de desconectar cuando practico sexo. En ese momento solo soy un cuerpo que siente, y esto es liberador.

Y te diré otra cosa: no practicar sexo durante casi tres años, ahora que estoy premenopáusica, ha provocado que mi vagina se cierre. Me lo explicó una osteópata. «Si no practicas sexo, la musculatura de la vagina se atrofia». No lo sabía, porque no se habla de estos temas, pero también es una parte de la sexualidad y habría que tener información. Si hubiese sabido, hubiera actuado de otro modo. Igual que es importante hacer ejercicio para mantener tu cuerpo en forma es importante ejercitar tu vagina para que no se atrofie. Así que a partir de ahora voy a follar como una loca.

CÉCILE

44 años, separada, dos hijos

«La gente piensa que ser sumisa es humillante.
No entienden que es la sumisa quien tiene el poder.
La entrega de ella es un regalo para él».

Mis tres mejores amigas españolas están separadas y pasan de los rollos. En cambio, yo no puedo vivir sin ellos. Soy muy consciente de que a veces tener un rollo conlleva dolores de cabeza. Aun así prefiero asumir el riesgo a quedarme sin vivir la experiencia. Soy una persona muy emocional. Necesito notar el subidón de la atracción, la tensión sexual, las mariposas en el estómago, el protagonismo y todo lo que comportan las relaciones. El buen sexo me hace sentir viva. Las personas vamos con el piloto automático y el sexo te vuelve a colocar en el «aquí y ahora». También sé que estoy diseñada para practicar sexo duro. Es algo que hago a la perfección.

No sabría decirte con cuántos hombres me he acostado. He perdido la cuenta. Aunque por lo general no suelo tener sexo de una sola noche, soy más de tener pareja. ¿Sabes qué he comprobado estos últimos años? Tengo un patrón que se repite: relación estable. Ruptura. Folleteo a lo loco. Relación estable. Ruptura. Folleteo a lo loco. Oscilo entre la estabilidad que te aporta el estar emparejado y la libertad que te da la soltería. Si me enamoro de un hombre, me quedo con él. Me siento más cómoda para explorar cosas nuevas con alguien con quien tengo confianza que con un desconocido, pero cuando la relación se termina y me entrego al sexo casual disfruto de la aventura que supone conocer a alguien nuevo.

Me crie en Los Ángeles. Mis padres son americanos, ambos hijos de inmigrantes y ateos. En nuestra familia no había tabúes ni censura. Eso no significa que mis hermanos y yo recibiéramos educación emocional. Y creo que debido a esto arrastramos serias dificultades para hablar de sentimientos. Nuestro padre se suicidó cuando yo tenía doce años y a raíz de su muerte mi adolescencia fue convulsa. Estaba enfadada con el mundo, con los hombres, con todo. Era la época del grunge. Me liaba con skaters que no me daban bola. Tenía mucha rabia y mucha negatividad dentro, y supongo que inconscientemente perseguía el rechazo porque yo misma pensaba que no merecía ser amada.

Perdí la virginidad un día antes de cumplir los catorce. Unos años después empecé a bailar en un club de *striptease* para pagarme la universidad. Hay una parte de este mundillo que es un coñazo. Odiaba tener que pasarme ocho horas al día encima de unos tacones, pelearme con los jefes por el dinero y discutir con las putas porque me robaban los zapatos. Ahora bien, subirte a un escenario y bailar para unos tipos a los que se les cae la baba mirándote mientras van soltándote billetes de cien dólares hace que te sientas muy deseada y eso te da confianza.

En la universidad conocí al que ha sido el gran amor de mi vida. Él y yo nos queríamos mucho. Teníamos una relación basada en la confianza y la comunicación que nos permitió explorar nuestra sexualidad fuera del sexo convencional. Fue en esa época cuando compré *El arte del azote*. Un cómic erótico, de Milo Manara, que explora el tema de los cachetes en el culo, los tirones de pelo y varias prácticas que ya por entonces me llamaban la atención. La verdad es que mi novio y yo funcionábamos muy bien en la cama, pero yo era una joven con inquietudes. Tenía ganas de conocer mundo, de vivir nuevas experiencias, y tras siete años de relación lo dejé para venirme a España. La cagué. Ahora él es abogado y gana miles de dólares mientras que yo me enamoré de mi ex y acabé teniendo hijos con él.

Mi padre era de origen español y para mí venir a España significaba regresar a mis orígenes; un viaje de búsqueda interior. Ya había vivido en Nueva York y también en París, adonde fui a estudiar. Vivir en París es terrible para una chica joven. Los franceses tienen fama de ser buenos amantes, pero a mí nunca me han atraído. Además, son unos pesados. Ten en cuenta que en París hay mucho francés de origen argelino. Tienes que caminar rápido y mirando al suelo para que los chicos no te sigan hasta casa. Los jóvenes te paran por la calle para pedirte un cigarrillo y enseguida te preguntan: «¿Adónde vas? ¿Puedo acompañarte? ¿Quieres venir a mi casa? ¿Me invitas a la tuya?». Me harté y a los treinta y dos años me mudé a Barcelona.

Al llegar aquí tuve sexo a lo loco hasta que conocí a mi ex. Lo primero que me atrajo de él es que se parecía a Atreyu, el protagonista de *La historia interminable*. Rasgos indígenas, piel oscura, pelo largo. Aunque creo que si me enamoré de él, fue porque era lo opuesto a mi novio americano. Jack era un chico inteligente, locuaz y muy racional. No me sorprende que se haya convertido en un abogado de éxito. Era el típico chico que siempre salía ganando en las discusiones, y eso a mí me frustraba. Yo había vivido en América y en Europa, en barrios ricos y en barrios pobres, en muchos aspectos tenía más experiencia vital que él, ya que, al fin y al cabo, era un pijo de pueblo que vivía en su burbuja californiana de espaldas al mundo. El padre de mis hijos es todo lo contrario. Para empezar, es latino. Con él era todo pasión, emoción y adrenalina. Ahora pienso que es bipolar, pero entonces las subidas y bajadas de ánimo, las peleas y el sexo de reconciliación me parecían excitantes. Digamos que el carrusel emocional me tenía atrapada. Ahora me pregunto por qué, pero entonces lo veía como un tipo muy *cool*. Tocaba la guitarra en un grupo de rock, salíamos por ahí de fiesta, nos drogábamos, nos reíamos un montón y el sexo que teníamos era apasionado. Éramos nosotros dos contra el mundo.

Nuestra relación fue genial hasta que tuvimos niños y tocó ponerse a trabajar de verdad. Entonces se acabó la diversión. Ser padres arruinó nuestra vida sexual. Los niños dormían en nuestra cama. Además, estaban muy apegados a mí, normal cuando son pequeños. Sea como sea, nosotros no supimos manejar la situación. El mayor nació en 2010, en plena crisis económica. Mi ex perdió el trabajo y se quedaba en casa. Mi carrera, en cambio, había despegado. Yo tenía éxito y ganaba mucho dinero. En nuestra familia, los roles tradicionales de hombre y mujer estaban invertidos y ninguno de los dos se sentía cómodo con el papel que le había tocado. Él estaba frustrado por tener que hacer las tareas domésticas mientras que a mí me

hubiera gustado estar en casa con los niños en lugar de pasarme el día fuera trabajando. Tuve que dejar de cantar en la banda, y eso que la música me encanta. Pero no podía pasarme el día bebiendo cerveza y fumando porros.

Cada vez teníamos más discusiones, escenas de película italiana. Yo era como la María Magdalena puta, que acaba llorando por las esquinas. Él, en cambio, me veía como la María Magdalena santa, la mujer sagrada. Creo que es un problema que atañe a muchas mujeres casadas con hijos. Los hombres nos ven como madres amorosas y no como hembras con deseo sexual. Pero las mujeres tenemos las mismas ganas de follar que ellos, ¡joder! Las discusiones eran cada vez más violentas. Yo le pegaba. Él a mí no, pero me lanzaba cualquier cosa que tuviera a mano. La química sexual desapareció y el sexo se volvió nefasto. La rabia y la frustración me convirtieron en una histérica. «¿Por qué no me follas más?», le chillaba. Terrible. Terrible. No hay nada menos excitante que una mujer exigiéndote sexo a gritos, ni es femenino ni es atractivo. Y, claro, cuanto más sexo demandaba yo, menos ganas tenía él. Nuestra relación iba de mal en peor. Recuerdo que al final le increpaba: «¡Me voy a ir con otro!», y, efectivamente, es lo que acabó sucediendo.

Empecé a entrar en páginas de contactos a través de internet y a chatear con hombres, uno tras otro. Para mí fue una época de redescubrimiento sexual. Enviaba mensajes picantes, fotos eróticas, todo muy pasional. Eran historias online que no se materializaban, pero que tampoco ayudaban a arreglar lo nuestro, por supuesto. A mí me atraen los hombres intelectuales, que por norma suelen ser asustadizos. Les mandaba fotos de mi culo y se encendían, pero luego cuando les proponía quedar se espantaban. Los hombres dicen que les gustan las mujeres lanzadas, pero a la hora de la verdad se cagan de miedo.

Necesitaba sentirme mujer y no madre. Chateaba para desfogarme. Pero chatear con otros hombres me hacía sentir una puta y tenía un gran sentimiento de culpa. Cada vez me sentía más distanciada del padre de mis hijos. Tenía un lío de emociones que no sabía cómo gestionar. Intentamos ir a terapia de pareja para arreglar lo nuestro. No funcionó. Seguí pegada al teléfono, chateando. Mi ex lo intuía, pero no decía nada. Yo sabía que debía poner fin a nuestra relación, pero me daba miedo dar el paso y arruinar la vida de mis hijos. En la cabeza de las mujeres siempre hay esa voz que nos acusa de ser una «mala madre». Y aunque era muy infeliz, me veía incapaz de decir «hasta aquí». Creo que chatear con otros hombres fue un modo inconsciente de boicotear nuestra relación.

¿Sabes qué me dio fuerzas para separarme y sentirme libre para explorar el mundo? Un libro de autoayuda: *El camino del artista*. A través de varios ejercicios te ayuda a ver qué es verdaderamente importante para ti. Las personas debemos cuestionarnos las obligaciones que el mundo pone sobre nuestros hombros. Porque muchas veces las aceptamos como propias aunque no lo sean, y esto nos hace infelices. Tenemos que plantearnos en serio qué queremos hacer con nuestras vidas. Este proceso de autoconocimiento está enfocado a la escritura, pero yo sentía que también lo podía aplicar a mi situación personal porque te obliga a cuestionarte las cosas y te aporta valentía para afrontar los cambios. Gracias a este libro pude separarme, retomar la música, escribir poesía y dar espacio a mi creatividad. Gracias a este libro me reencontré con mi esencia.

A todo esto, hacía tiempo que mi mejor amiga de Nueva York había entrado en el mundo BDSM y siempre me repetía lo mismo: «Cécile, si quieres follar duro, aquí podrás hacerlo. En este mundillo los hombres no juegan. Pruébalo y pasa ya de los intelectuales neuróticos». Así fue como empecé a buscar hombres dominantes en internet. Pero como no me atrevía a entrar en una página de BDSM, publiqué un anuncio en una de contactos normal con la intención de dar con uno que lo fuera.

> ARTEMISA12345
> Audiciones abiertas. Busco a un actor en la fantasía que podría ser mi vida. Los candidatos deben ser simpáticos y de mente abierta. Trabajar en equipo, tener habilidad para seguir instrucciones y saber anticiparse a mis deseos serán cualidades bien recibidas. Busco a alguien suficientemente listo o suficientemente estúpido para que me ayude a soltar mi mierda (no en sentido literal. Tengo perversiones, pero no esta) y tenga las pelotas de follarme el cerebro. El dominio del inglés es un plus. Aviso: tengo aversión al macho ibérico y los micropenes estáis descartados de antemano.

Desconozco los orígenes y la teoría del BDSM. Solo sé que las siglas significan: bondage, dominación, sadismo y masoquismo. Este es un mundo muy profundo, con muchas reglas y etiquetas. Lo que puedo asegurarte es que yo soy sumisa, algo que he intentado tapar toda mi vida. Siempre me mostré como una mujer fuerte. Tenía miedo de dejar salir mi lado vulnerable. No aceptaba esa parte de mí. En este sentido, el BDSM ha sido un gran descubrimiento. Ahora sé que soy una sumisa del tipo *brat*. Significa sumisa con actitud. Mi rol es el de una niña mala, peleona y contestona. Aunque aún estoy explorando este mundo. Jamás he estado con un experto. Mis amantes han sido todos aficionados.

El primero, le llamaremos Antonio de Terrassa, era el típico hombre casposo con el que no hubiera quedado en la vida. Pero en aquella época ya me había separado y tenía claro que buscaba hombres dominantes con quien poder ser sumisa. Ten en cuenta que venía de una relación donde mi rol era el de dominante: traía el dinero a casa, mandaba a mi ex a hacer la compra, le daba instrucciones para la comida… La intendencia familiar dependía de mí, y esto es agotador. Cuando entré en este mundo lo único que quería era que un hombre me empotrara contra la pared y me follara sin que yo tuviera que pensar. Para mí no había nada más atractivo.

Antonio y yo quedamos para vernos en su casa, en Terrassa. Cogí el tren. El corazón me iba a mil. Todo mi cuerpo sudaba y sentía un gran nudo en el estómago. Era una sensación física muy intensa. ¡No podía estar más viva! Pensaba para mis adentros: «Iré a su casa, me pondrá un collar en el cuello, me pegará, me violará y me matará». Imaginaba todas las cosas malas que podían ocurrirme y me decía: «¡Eres idiota. Mereces todo lo que te ocurra, por puta!». Ahora sé que me atrae la degradación. Es parte del sexo que me va.

Antonio me recogió en la estación y lo primero que hice cuando llegamos a su casa fue cambiarme de ropa. Me puse un vestido de putilla, unos ligueros, tacones de aguja y mucho rímel. El *outfit* es primordial: te coloca en el papel de sumisa. Y para mí era vital desprenderme de todos mis otros roles: trabajadora, madre, hermana, hija, exesposa. Además, vestida así me siento una diosa. Aquella primera vez fue

brutal. Aquel tipo sabía follar realmente bien. Era lo que se dice un animal sexual. Recuerdo que me cogió del cuello y me levantó del suelo. Aluciné. Antonio podía hacer que me corriese sin necesidad de tocarme. Me puso un collar de sumisa. No tuve tiempo ni de ver cómo me quedaba. Enseguida me arrastró por el suelo. Luego me colocó frente al espejo y me gritó: «¿Qué te parece? Te queda bien, ¿eh?». Sentí una excitación brutal.

De camino a casa me dolía todo el cuerpo, pero no podía dejar de sonreír. Estaba en un momento personal donde no sabía qué hacer con mi vida y me sentía perdida. No comía bien. Bebía vino y fumaba porros sin parar. Me pasaba los días escribiendo poesía y tocando la guitarra. Digamos que era una bola de emociones descontroladas. Las sesiones de BDSM son muy intensas. Cuando terminas estás muy sensible y vulnerable, como si hubieras abierto todos los chacras de tu cuerpo o hubieras sacado el tapón que bloquea las emociones. Fui a casa de Antonio de Terrassa tres veces más, pero, al final, él me dijo que yo estaba muy loca y que él no podía con mis dramas. Lo nuestro terminó allí, pero la experiencia me sirvió para reafirmar que aquel era el camino que deseaba explorar. Empecé a buscar a hombres que estuvieran en la misma línea.

Encontré a un mago que daba con el perfil y quedamos en un café para conocernos. Soy una persona tímida y estos encuentros me cuestan. Él me preguntó qué quería probar. Bajé la mirada y respondí: «Quiero que me aten». A mi ex se lo había pedido. También, que me pegase y me agarrase del cuello, pero a él este rollo no le iba; me miraba como si estuviese mal de la cabeza. Con el mago todo fue muy fácil.

La primera vez que me ató experimenté una sensación extraordinaria. El tipo tenía un látigo para dar cachetes y debajo de la cama cuatro cuerdas, con cierre de velcro, con las cuales me ataba de manos y piernas. La sensación de estar a merced del otro es muy excitante. Te sientes vulnerable y al mismo tiempo en puro éxtasis. Recuerdo que una vez me dijo: «Podrían hacer una enciclopedia con todas tus expresiones faciales». La primera vez me ató a la cama y me metió su polla en la boca. Nada que ver con hacer una mamada. La sensación es totalmente diferente, como si te follaran la boca. En aquel momento me pareció degradante y me sentí fatal. Sin embargo, estaba supermojada. Hay tantas emociones mezcladas con prejuicios e ideas preestablecidas que no sabes muy bien qué pensar. Tu cabeza te dice que está mal, pero tu cuerpo responde poniéndose cachondo; es muy extraño. Son cosas que cuando las escuchas de otra persona dan mucho asco, pero en cambio, cuando las haces son excitantes. Recuerdo cuando mi amiga de Nueva York me contaba que le gustaba que le mearan encima. Yo la escuchaba escandalizada. «¿Cómo te puede poner eso?», la reprendía. Solo después de que el mago lo hiciera conmigo pude entender a qué se refería. Me meó encima y me corrí.

En otra ocasión le comenté que me gustaría follar en un barco. Me contestó: «Vale, mi hermano tiene uno». Así que un día salimos los tres a navegar y acabamos follando en alta mar. Al hermano, que era un chico muy majo y campechano, no le iba este rollo. Me decía: «Cécile, eres una chica simpática, ¿por qué dejas que te traten así?». Y el mago: «¡Una zorra es lo que es!». Y se sacaba la polla para que se la chupara. Fue como jugar al poli bueno, poli malo de las películas. Comimos sushi,

bebimos gin-tonic; pura fantasía. Sinceramente, creo que ninguno de los dos disfrutó tanto como lo hice yo. La gente piensa que ser sumisa es humillante. No entienden que es la sumisa quien tiene el poder. La entrega de ella es un regalo para él.

Al mago lo dejé porque, aunque en la cama me excitaba mucho, en la vida era un tipo de hombre que no me decía absolutamente nada. Además, no le gustaba follar. A él le ponía atar, dominar, el sexo oral profundo y el juego psicológico, pero no la penetración. Aquí fue cuando entré en una página específica de BDSM y encontré a un inglés de mi edad. Le llamaremos el Banquero.

El Banquero está casado y vive en Londres, pero viaja mucho por trabajo y estaba buscando una sumisa en Barcelona. Chateamos un poco y enseguida me citó en un hotel. Me pareció que iba demasiado rápido, y así se lo dije. Me contestó: «¿Acaso quieres que te invite a tomar el té? No es lo que yo ofrezco. O vienes al hotel o no vengas, y ponte sexy». No me preguntes por qué, pero acabé yendo. El hotel estaba en paseo de Gracia. Entré y subí a la planta que él me había indicado, pero estaba tan nerviosa y acojonada que fui incapaz de encontrar la habitación. Bajé a recepción y le mandé un mensaje diciéndole que le esperaba en el hall. Me contestó que no, que subiera. Esta vez sí que encontré la habitación. No me dio tiempo ni a llamar a la puerta. Recibí otro mensaje suyo. «Vete. No va a funcionar. Te he visto y no me interesas». Fue terrible. Pensé: «Te lo mereces, por puta». También me sentí aliviada porque quedar con un desconocido del que no sabes ni su verdadero nombre, ni siquiera qué cara tiene, acojona. Media hora después de irme recibí otro mensaje. «Te he dicho que te vistieras sexy. ¿Por qué llevabas un burka? Así no veía bien si tienes tetas». «Déjame en paz, imbécil. ¿Qué coño quieres de mí?», le pregunté. «Sumisión», respondió él. Y así llevamos cuatro años. Hablando por mensaje. Negociando. Y sin vernos. Porque cada vez que lo hemos intentado ha salido mal. Lo del Banquero es puro juego psicológico, y reconozco que me fascina.

A pesar de que no le he visto la cara me atrae mucho. Es un hombre inteligente, rico y dominante. Me ha mandado fotos de su polla y es enorme, como el rabo de un caballo. La verdad es que este tira y afloja me está volviendo loca. Hace un mes le dije que necesitaba una pausa y ya me estoy planteando escribirle otra vez. Durante cuatro años ha sido una persona importante en mi vida. Nos hemos escrito casi a diario, y no solo hablamos de sexo. Si tengo un mal día se lo digo. Conoce mis miedos, mis inseguridades, mis fantasías. Así que no sé qué voy a hacer. Ahora mismo tengo pareja. En la misma página de BDSM donde encontré al Banquero encontré al chico con quien estoy saliendo actualmente. Nos queremos mucho, pero es complicado.

Él es artista. Tiene su trabajo, su piso, su vida. A mí me cocina, me cuida y me pega. Él y yo vamos de vacaciones juntos y conoce a mis hijos. Me da la seguridad que estaba buscando, pero es una persona muy dominante, no solo es un rol que interpreta en la cama. Lo sabe todo y siempre quiere tener la razón. Además, tiene pronto. Y a mí esto se me hace cuesta arriba. Sin contar que ya no tenemos el sexo que teníamos al principio. Antes me ponía tacones, me depilaba, me pintaba las uñas para él. Pero ya casi no tenemos sesiones de sexo duro. Ahora tenemos una relación convencional.

Sé que lo del Banquero es un quiero y no puedo. A veces pienso que el BDSM

forma parte de un momento de mi vida que ya pasó, que me estoy agarrando a algo irreal. Aun así me cuesta soltar la fantasía; porque es una fantasía. En cambio, la relación con mi novio es de verdad y, claro, la rutina pesa. Con él se terminó la novedad. Están los niños, la casa, el trabajo y el día a día. Supongo que por eso fantaseo con el Banquero. Porque con él todo es radical. Según me dijo, todo este tiempo ha estado preparándome. El Banquero quiere que entre en su habitación, me ponga una capucha, me arrodille en el suelo y me ofrezca a él. «Hasta ese momento no me verás la cara», dice. Quiere mi sumisión completa. Y he de admitir que se ha salido con la suya porque al principio dudaba, pero ahora estaría dispuesta a hacerlo. Este juego de poder me fascina. Por otro lado, no quiero echar a perder la relación que tengo con mi novio. ¿Voy a mandarlo todo a la mierda por un tío que viene a Barcelona una vez al mes?

Soy una persona sexual. También soy de naturaleza curiosa y, a veces, me sorprendo a mí misma pensando en la menopausia. ¿Qué pasará conmigo? ¿Y con mi cuerpo? Hay mucho tabú alrededor de la vejez. La vejez, así como la regla, el parto, la menopausia son ritos de vida, momentos de cambio profundos de los que no se habla en absoluto. A los hombres no les interesa y a las mujeres nos da vergüenza. Si hubiéramos sabido tratar estos temas, seguro que ahora estaríamos mejor. Podríamos aceptarnos tal como somos.

Trabajo con adolescentes y lo veo cada día. ¡La adolescencia es muy dura! A los quince años la vida es un drama: los granos, las peleas con los padres, la traición de las amigas, los primeros escarceos sexuales, el desamor… Los adolescentes nadan en la oscuridad. Y nosotras, las cuarentonas, tenemos la menopausia a la vuelta de la esquina y estamos igual: al borde de un precipicio sin saber adónde nos lleva. ¿Se terminará la vida para nosotras? Por supuesto que no. La vida cambiará, igual que ha ido cambiando a lo largo de los años. El que viene ahora es un cambio más.

Pero la sexualidad forma parte de mi identidad, por eso me da tanto miedo perder esa parte de mí. La sociedad —y nosotras mismas— le damos tanta importancia al físico, a ser atractivas a los ojos de los hombres, que cuando empezamos a envejecer nos asustamos. Pero quizá vivir sin sexo no sea una pérdida, sino una liberación. ¡Cuánta energía, horas y tiempo le dedicamos al sexo! Y es verdad que nos da momentos intensos, pero ¿a qué precio?

En este sentido, ser sumisa me ha ayudado, porque ser sumisa tiene mucho de aceptación. Aceptas tu vulnerabilidad, tus miedos, tus inseguridades. Antes yo iba por el mundo de mujer fuerte, pero interpretar el papel de una mujer independiente, autosuficiente y liberada es muy cansado. Trabajar, criar a los hijos, cuidar la casa, estar guapa, no quejarte de los dolores de regla… ¡Esta actitud de «yo puedo con todo» es una gran tomadura de pelo! Para mí este es el gran engaño de la liberación de la mujer. Hacernos creer que podemos con todo. Entramos al mercado laboral, pero seguimos cuidando de los nuestros. Doblamos las cargas. Asumimos el rol del hombre sin abandonar el de mujer. Es muy duro, muy duro. Y al final terminamos siendo esclavas de nosotras mismas. Por eso te digo que a mí adoptar un rol pasivo en la cama y dejar que otro tome las decisiones me ha ayudado. Permitirme ser débil ha hecho que me sienta aliviada.

ADRIANA

40 años, soltera, sin hijos

«La última cosa que me gustaría hacer justo antes de morir sería tener un orgasmo. Sentir ese escalofrío de placer recorriéndote el cuerpo me parece una buena forma de morir».

Tú pregúntame, espero poder contestarte. ¿Sabes qué pasa? Estoy haciendo terapia porque durante la última relación que tuve pasaron una serie de cosas que, me estoy dando cuenta ahora, no estaban bien. Mi terapeuta me lo dijo sin tapujos: «¿Eres consciente de que lo que me cuentas es maltrato?».

Nunca he sido una persona tímida, pero sí he tenido muchas inseguridades y complejos. Cuando estudiaba en la universidad pesaba sesenta y cinco kilos. Si tienes en cuenta que mido un metro cincuenta y cinco, es bastante. Ahora peso cuarenta y ocho, y me siento Kate Moss. No hay nada como ser flaca, que no lo estoy, pero comparada con antes pues sí, y a mí estar delgada me ha dado seguridad; es triste admitirlo, pero es verdad.

Ahora hay más cultura sobre bellezas no normativas, pero hace veinte años o estabas delgada o no te comías un rosco. Creo que si ligaba era gracias a mi carácter. Los chicos me tiraban la caña porque estoy un poco loca, y eso les gustaba, pero reconozco que el tema del físico me condicionó bastante. De jovencita lo hacía con la luz apagada o colocaba una camiseta encima de la lámpara para que no se viera bien mi cuerpo. Ahora sigo teniendo complejos, pero, con la madurez que aportan los años, los afronto de otro modo.

En casa si tenía alguna duda sobre sexo iba a preguntarle a mi madre, que siempre me decía que fuera a preguntárselo a mi padre. Tengo grabada en la memoria la primera pregunta que le hice. «Papá, ¿qué es una cubana?». Él estaba sentado en la mesa de la cocina leyendo el periódico, pasó la página sin mirarme, y respondió: «Una paja con las tetas». Aluciné. No sé qué edad tendría. ¿Trece años?

Perdí la virginidad a los diecinueve con un chico de mi pueblo. Cada semana coincidíamos en el tren camino a Barcelona. Un día nos encontramos en la discoteca, él se me acercó y me preguntó: «¿Eres la chica del tren?». No me lo podía creer. Estuvimos toda la noche juntos y cuando ya nos despedíamos me invitó a ir a su casa. Yo era virgen, pero no se lo dije. Hice lo que pude. No sentí un gran placer, pero fue dulce y emocionante. Estoy segura de que si ahora nos encontrásemos por la calle nos abrazaríamos, él era un chico muy agradable y cuidadoso, que se preocupaba por el placer de las mujeres, y también era un *fucker* en toda regla.

De joven era capaz de dejarlo todo por un polvo. Podía tener un plan con las amigas, pero si me salía la ocasión de follar lo cambiaba, y me quedaba tan ancha.

No dudaba. Follar era lo primero. Ahora, por activismo amistoso, no lo hago: a las amigas no se las abandona por un hombre. La vida te va enseñando, ¿no? Aunque también te diré, siendo sincera, que la última cosa que me gustaría hacer justo antes de morir sería tener un orgasmo. Sentir ese escalofrío de placer recorriéndote el cuerpo me parece una buena forma de morir. De hecho, los franceses llaman al orgasmo *la petite mort,* por algo será.

En mi vida ha habido un poco de todo: relaciones largas, follamigos y también polvos de una noche. Parejas, solo he tenido tres. Lo que más, rollos que duran meses. He fingido muchos orgasmos en el pasado. Ahora ya no lo hago. Es más, alucino cuando me lo preguntan. Si has estado follando conmigo, deberías saberlo, chico. ¿De verdad que no te has enterado? Esto es lo primero que pienso. Y después contesto con un «no» rotundo. Suelen preguntarlo los ligues de una noche, pero, oye, que tampoco pasa nada por no correrse. Hubo una época de mi vida en que me costaba mucho llegar al orgasmo con el cunnilingus, pero luego tuve una pareja que era un as. Con este chico conseguí relajarme de verdad y tuve unos orgasmos maravillosos, pero fue una excepción. Lo habitual es que me resulte más fácil llegar con la masturbación o con la masturbación y la penetración juntas. Es curioso esto del orgasmo femenino, porque puedes haberte corrido y estar más seca que una alpargata. Además, yo no siempre llego al orgasmo del mismo modo, depende mucho de la pareja. Si conozco a la otra persona, tenemos confianza y complicidad, me corro fijo. Dos o tres veces es lo habitual. Pero si no la conozco me resulta difícil llegar. Y a ellos también les pasa, aunque de otro modo.

Hace tiempo conocí a un chico a través de Tinder y me lo llevé a casa. Lo veía nervioso, pero con muchas ganas, así que decidí llevar yo la iniciativa, y para mi sorpresa padeció de eyaculación precoz. Ha sido la única vez en la vida que me he encontrado con alguien así. Estuvimos enrollándonos un par de meses y siempre le pasaba lo mismo. Me sorprendió muchísimo porque, algunas veces, se corría incluso antes de que le quitara la ropa. Evidentemente, yo le decía que no pasaba nada, pero él lo pasaba fatal. Lo más fuerte es que me culpaba a mí. Decía que si me ponía de cuclillas encima suyo no podía evitarlo. «Solo con imaginármelo ya me corro». Yo le respondía que podía cambiar de postura. Pero es que no se podía hablar con él de este tema; se cerraba en banda. No lo culpo. Cuando a mí me hacían un cunnilingus y era incapaz de correrme tampoco lo decía, así que también he estado en ese lugar.

Por suerte, no me he encontrado a ningún chico que folle en plan conejo. Lo que sí me he encontrado son chicos muy básicos. Ves que tienen interés y que le ponen ganas, el problema es que les faltan recursos y que tienen poca imaginación, vaya. A este tipo de chico yo le llamo «catalán familiar», es el típico chico educado, familiar y afable, pero soso. Él corta fuet para los aperitivos del domingo, pero no le pidas más, lo más subversivo que hará será beber Voll-Damm en lugar de Estrella.

Tampoco me he encontrado con ningún micropene. Lo que sí me he encontrado son penes con formas extrañas. Estuve con un chico que cuando tenía una erección el glande se le torcía hacia un lado. Me tenía que poner encima de él y moverme de una forma determinada; muy surrealista. También me he encontrado con penes que en estado normal son pequeños, tipo seta, pero que cuando están erectos se hacen enormes. Luego, me he topado con alguno extremadamente delgado. Es gracioso

porque se suele hablar de las pollas largas, pero una polla larga y fina parece una salchicha. Y los tres últimos penes que han pasado por mi cama estaban circuncidados. ¡Por favor, quiero un prepucio! No me importa que estén circuncidados, pero es que llevo una racha… Todos me tocan a mí. Es una sensación muy rara porque siempre pienso que les voy a hacer daño, no tengo el freno natural que me dice «hasta aquí». Además, la piel mola. Si no, parece un trozo de carne cruda. A mí hay dos cosas que me excitan, la primera es cuando el pene pasa de medio blando a erecto, esa medida intermedia me alucina, me gusta verlo, tocarlo, sentirlo. La segunda cosa que me flipa es cuando empieza a salir el líquido seminal. Claro, si tiene prepucio puedes jugar con ese momento, pero sin pellejo ya me dirás.

Y ya que hablamos de penes quiero aprovechar para decir algo: chicas, no folléis sin condón. ¿Con cuántos he follado yo sin preservativo? Con unos cuantos con los que he repetido, y ahí está el peligro. ¿Es mucho mejor follar sin condón? Por supuesto. Quien lo niegue miente, pero hay que usar preservativo siempre. A muchos chicos hay que insistirles para que se lo pongan, el último con el que estuve, sin ir más lejos, decía que con el preservativo se le bajaba, pero yo le dejé clarísimo que yo sin protección no lo hacía. Estoy curada de espantos. Tengo el virus del papiloma, me lo diagnosticaron en 2011, y también clamidia, aunque nunca he llegado a saber cómo la pillé. Me salió estando con mi ex, y durante un año y medio solo mantuve relaciones sexuales con él. Me costó mucho que me la diagnosticaran porque en las pruebas que me realizaban aparecía como infección de orina, y con el antibiótico que me recetaron no se iba. Además, debido a la clamidia cogí una cosa que se llama «enfermedad pélvica inflamatoria», y padecía unos dolores terribles. En dos semanas fui a urgencias cinco veces porque sentía un dolor fortísimo en la barriga y no tenía la regla. En el hospital me derivaron a la unidad de enfermedades infecciosas, donde van los que tienen sida. Allí me dijeron que la clamidia puede estar latente en el cuerpo, sin presentar síntomas, al menos durante dos años. Así que he decidido no culpar a mi ex y simplemente aceptar que la cogí, cosas que pasan. Pero repito: no folléis sin condón.

Para mí una de las cosas más importantes a la hora de follar son los besos. Un chico que besa bien tiene muchos puntos para acabar en mi cama. Estuve con uno que besaba como si fuera el programa de centrifugado de la lavadora. Me daban ganas de decirle: «Deja la lengua quieta y deja de ponerla dura como una iguana. Esto no es así. La lengua ha de estar suelta y suave». Aunque la zona más erógena de mi cuerpo son los pezones, sin lugar a dudas. Luego vendrían los pies. Uno de los últimos hombres con los que me he acostado es fetichista de pies. Yo no lo soy, pero reconozco que si me encuentro con unos pies bonitos los chupo, me los refriego por la cara y lo que haga falta. Este hombre los usaba para todo, los dos lo hacíamos. Yo le hacía pajas con los pies y cuando él estaba a punto se quitaba el condón y se corría entre mis dedos; le excitaba mucho. No solo eso, sino que además me pedía que no me los limpiara. Le gustaba que me pusiera las sandalias con los restos de semen y que saliera a comprar a la calle. Con este chico también he llegado a grabarme los pies desnudos, con música de fondo que me gusta, mientras pisoteo mostaza, crema de cacao, mermelada y cualquier mierda por el estilo.

En general, todo lo relacionado con el fetichismo me va: los pies, la lencería, las

vendas, el cuero, las esposas… Cuando salgo a cenar con alguien, me visto bien guapa y me calzo unos tacones de palmo y medio. Luego, para follar me lo quito todo menos los zapatos. Me gusta mucho follar con tacones de aguja. La lencería también me encanta. Tengo varias ligas y unos guantes de satén largos hasta el codo, como los que usaba Rita Hayworth en *Gilda*. Yo compro lo que a mí me gusta, sobre todo prendas que pueda usar en el día a día, como los bodis. La mayoría de los chicos no suelen fijarse. Me gustan los que sí lo hacen, porque si se fijan en estos detalles significa que también se fijan en otros. Otra cosa que he tenido es la pluma para hacer *tickling*. Y por aquí debe estar el Satisfyer, que uso poco, la verdad, porque me da pereza lavarlo y porque es un tipo de orgasmo que no controlo. Lo compré porque era un *must* del que todas mis amigas hablaban, y yo también quería probarlo, pero lo cierto es que estoy muy vaga y cuando me masturbo lo hago con la mano.

Claro que veo porno, aunque cada vez me cuesta más encontrar algo que me guste, ni siquiera el que hace Erika Lust. Se supone que ella hace porno para las chicas, pero es que se va tan al otro extremo que resulta aburrido. Tengo una cuenta B en Twitter. Las cuentas B son de contenido sexual. La mayoría de la gente las usa para exhibirse, yo la uso para ver vídeos pornográficos. A veces miro vídeos aberrantes, no porque me exciten, sino porque me llaman la atención. Por ejemplo, estas mujeres que se ponen unos pechos enormes, y cuando digo enormes quiero decir enormes, no sé cómo lo hacen para vivir con ellos. Me fascina. La mayoría de los vídeos que miro en Twitter me excitan cero patatero, aun así me llaman la atención.

El mundo transgénero también me atrae mucho y lo que suele correr por internet o es muy grosero o está infantilizado. Yo uso esta cuenta B para buscar qué más hay y para masturbarme. La verdad es que me gustaría follar con una persona transexual. La idea de estar con alguien que tiene pechos y pene me excita. En general, los vídeos donde salen mujeres me ponen. ¡Es que los tíos suelen ser asquerosos! A veces pienso: «¿De verdad habéis hecho un casting?». Por no hablar de lo mal que actúan. Todos estos vídeos del hermanastro, el padrastro… son tan cutres. No cuela ni en pintura. O el típico que está sentado en el sofá con su novia y, de repente, aparece de la nada otra mujer que se les une. ¿Pero esto qué es? ¡Parece *El club de la comedia*! Me da la risa. Por no hablar de los vídeos amateur. ¿Por qué los maridos siempre son calvos y con barriga y en cambio las mujeres están buenísimas?

Soy muy morbosa. Mucho. Quizá por eso me pasan las cosas que me pasan. Por ejemplo, cuando follaba con el fetichista de pies me excitaba pensando en otro chico, que además era alguien con quien no debería. Por eso no se lo decía. Lo que sí le decía eran guarradas. Decir guarradas en la cama es un tema delicado. Tienes que tener confianza con la otra persona. A este chico le decía auténticas barbaridades. A veces, incluso me pedía que parase porque no podía aguantar más. Me encanta ver el poder que tengo sobre los hombres usando solo la palabra. En la cama me gusta decir guarradas y me gusta que me las digan. ¿Sabes qué otra cosa he constatado? Odio follar en catalán, aunque yo sea catalana. Si un tío me dice *m'escorro* o *porca* lo echo de mi casa.

He de decir que el fetichista de pies estaba muy bueno, pero tenía serios problemas con el culo. No le gustaba que se lo comiera, cosa que a mí me encanta hacer. Yo le

suplicaba: «Déjame solo que te meta el dedo pequeño», y él me respondía que no. Siempre discutíamos por este tema. Recuerdo que le decía: «Tus prejuicios no te dejan disfrutar, no me creo que no te dé placer». Si una cosa tengo clara es que el ano es el punto G de los hombres. Tiene un montón de terminaciones nerviosas que lo hacen especialmente sensible. Él nunca quiso probarlo, peor para él.

Para mí el sexo es como un juego. Me digo a mí misma: «¡A ver qué pasa!». Puedes ganar, perder o simplemente jugar, y a mí me gusta jugar. Siempre estás a tiempo de decir que no. ¿Por qué poner límites? Lo que no haré jamás es hacer algo que no quiera solo por complacer a un chico. Jamás. A mí no me molesta que me tiren del pelo, tampoco que se corran en mi boca; no me gustaría que me cagasen encima, pero más allá de eso me va todo. Hay pocas cosas que no estaría dispuesta a probar.

Hace poco una amiga me enseñó a hacer *squirting*. Tiene su miga, no creas. Primero tienes que ponerte de pie e introducir los dedos hasta que tocas la parte más blanda de la vagina, la que es como una esponja; esta es la zona que debes estimular. Puedes hacerlo tumbada, pero de pie es más fácil. Si un chico te folla a cuatro patas y tú te lo haces tienes muchos números de conseguirlo. Pero ten cuidado si no tienes las uñas cortadas a ras, yo las tengo un poco más largas, porque puedes hacerte daño. A mí no me salió sangre, pero me quedó todo irritado. Aquello era una escabechina. No soy una experta, pero te diré que noté un placer distinto: una mezcla entre la estimulación clitoriana y las ganas de mear.

La única cosa que me tira para atrás en la cama es la falta de higiene, con eso no puedo. El olor a pies, el sudor, la halitosis… Es superior a mí. Me pasó una vez y fue horroroso. Era un tipo muy interesante: okupa, anarquista y guapísimo a rabiar. Pero fue darnos el primer beso y ver que no podría continuar. Una lástima porque el chico era francamente guapo, pero su boca desprendía un hedor muy desagradable.

Alguna vez me ha pasado que he tenido una cita y he pensado: «¿Para qué le habré dicho que venga?». No sé si será la edad, pero a veces me da pereza. Soy consciente de que en el pasado he invitado a un chico a subir a mi casa más por ego que por ganas de sexo, a veces tienes el ánimo bajo y ligar te sube la autoestima. Pero, cuidado, puede ser contraproducente. Y es penoso darte cuenta de la razón que hay detrás. Porque el chico en cuestión no te gusta, lo que realmente te agrada es gustarle.

Aunque he tenido mala suerte con mi ex, la verdad es que a lo largo de mi vida me he topado con chicos que se preocupaban más por mi placer que por el suyo. Y aunque solo fueran relaciones esporádicas siempre tuve clarísimo que había ciertos comportamientos masculinos que no iba a tolerar. Es curioso. No son únicamente los hombres de nuestra generación los que arrastran tics machistas. Aún hay mucho chico joven que te hace comentarios soeces por la calle. ¿De qué me conoces para decirme estas cosas? No le encuentro la gracia a ese comportamiento de machito. En cambio, si ya nos conocemos y estamos en la cama, es distinto. Si hay confianza puedes decirme las guarradas que te apetezca. Incluso puedes escupirme a la cara. ¡Me encanta! Y si es en la boca, mejor que mejor. Cuando te conoces lo normal es compartir un código de conducta. El contexto y el interlocutor marcan qué es lícito y qué no.

Con el tiempo he aprendido que en lo referente al sexo no se puede generalizar,

cada persona es diferente. Hay chicos que han sido estupendos follamigos a los que jamás querría como pareja. Y chicos con los que me hubiera encantado tener una relación estable aunque en la cama ni fu ni fa. A mí me gusta más el sexo en pareja, siempre y cuando tengas buen sexo con esa pareja, claro. Por otro lado, lo veo muy limitante. Pensar que ya no podré follar con otra persona nunca más me da pavor.

Hace unos años conocí a un chico a través de Tinder, y lo primero que me dijo cuando quedamos fue que era poliamoroso. Le contesté que vale. En nuestra segunda cita quedamos en un salón de té. Recuerdo mirarlo a la cara y ponerme caliente como nunca. Me subió la temperatura corporal de golpe. Llevaba cero alcohol en el cuerpo y estaba hirviendo por dentro. Entonces, él me preguntó si me gustaba, estaba claro que lo había notado. Se lo solté a bocajarro. «Ahora mismo te follaría vivo». A lo que él respondió que esa noche no íbamos a tener sexo. «¿De verdad me harás esto?», le pregunté. Y sí, mantuvo su palabra. Evidentemente, la tercera vez que nos vimos nos acostamos y fue brutal. Me enamoré muchísimo. Era guapo a matar, listo, feminista y follaba superbién. Me decía: «Hoy te correrás tú y solo tú». Todo en ese plan. No hacía ni una semana que estábamos juntos y él ya iba diciendo que éramos pareja, pero al mismo tiempo no paraba de tener citas con otras chicas. Yo justo empezaba a saber de qué iba esto del poliamor, y reconozco que me venía grande. Al cabo de unos meses me di cuenta de que yo no podía seguir así, y lo dejamos.

Esta experiencia me ha hecho reflexionar mucho. Me he dado cuenta, quizá porque ahora soy unos cuantos años mayor, que es muy bonito compartir la vida con alguien, pero que la monogamia también conlleva una losa. No puedes estar con nadie más que con tu pareja. Y para mí permitir que tu pareja tenga sexo con otras personas es un gesto de amor. Lo que sucede es que el poliamor no es para todo el mundo porque la gestión de los celos es un asunto difícil. Si encontrara un chico ético y honesto me parecería la relación ideal. Porque a mí me gustaría tener pareja, pero cuando pienso que solo podré follar con esa persona lo que me queda de vida se me quitan las ganas.

¿Sabes qué me gustaría? Follar con una mujer. He estado con alguna chica en el pasado, pero fueron tonterías y quiero saber cómo es tener sexo con una mujer, no eso que pasa cuando estás borracha y acabas haciendo cuatro guarradas mal hechas. La primera vez fue en una discoteca de Londres. Se me acercó una chica y me dijo: «Me encantas. ¿Puedo besarte?». Le respondí que «por favor». Nos besamos, y me gustó. Después, fuimos al baño y nos tocamos un poco. Lo recuerdo como algo más morboso que sexual. En otra ocasión me lie con una amiga y un colega suyo. Estábamos de fiesta, los tres borrachos y terminamos en la cama de él. Yo le comí el coño a ella y ella a mí. Me gusta mucho comer polla, pero un coño suavecito también me gusta. Peludo, no. Es curioso porque, a pesar de que hayamos podido tener sexo, yo a ella no la veo como un ser sexual. Recuerdo que al día siguiente nos reíamos de lo lindo. ¿Estamos tontas o qué?

No me imagino con veinte años liándome con una chica y comiéndole el coño; hubiera tenido un montón de dilemas conmigo misma. Y ahora, en cambio, no tengo ninguno. Todo el sexo, menos el convencional, por llamarlo de algún modo, lo he tenido de mayor. No tengo la más remota idea de cómo será mi vida sexual dentro

de diez años, pero si algo tengo claro es que las mujeres tenemos una asignatura pendiente: dejar que nuestra vida gire en torno a los hombres, porque al revés no pasa.

A mí no me ha disminuido la libido a causa de la edad, al contrario. Tengo más ganas de follar ahora que cuando era joven. Lo que me ha quitado las ganas de sexo ha sido la última relación que tuve. Por eso estoy yendo a terapia, porque aquí donde me ves caí en una relación tóxica. Nunca pensé que pudiera ocurrirme algo así. Ese fue mi error. Y, sin saber bien cómo, me encontré inmersa en una mierda de relación que me ha hecho sufrir mucho.

Él formaba parte de mi grupo de amigos desde hacía varios años y, como los dos somos unos pervertidos y unos guarros, empezamos a liarnos. Los primeros meses fueron como la seda. Después empecé a ver cosas raras, pero fui idiota y las dejé pasar. Sabía que él era un mentiroso y que trataba mal a sus parejas. Fui imbécil al pensar que a mí no me lo haría. Un día sonó su móvil y vi que una chica le mandaba un mensaje. «Te echo de menos». Me enfadé. Le dije que lo nuestro se había terminado, pero no sé cómo me dejé embaucar de nuevo. Entonces, otro día fui a su casa y me encontré unas bragas debajo de su cama y cuando se lo dije me respondió que eran mías. ¡Cómo si yo no supiera cuáles son mis bragas! A partir de aquí todo fue de mal en peor.

Habíamos organizado un viaje al extranjero y la semana antes de ir me dijo que no vendría. Acabé yendo sola y estando allí me empecé a encontrar mal. Cuando regresé me hice la prueba del embarazo; dio positiva. Le llamé para decírselo, su reacción me decepcionó y el día que fui a abortar, no me acompañó. Justo acababa de dejar mi piso y estuve vagando por las calles de la ciudad con un embrión muerto en la barriga durante horas. Recuerdo que le llamaba y le llamaba, y él no me cogía el teléfono. Resultado: tuve una crisis de ansiedad. La psicóloga me ha dicho que esto es maltrato, y estoy de acuerdo. Era su responsabilidad estar a mi lado. Nunca le perdoné, pero seguí con él dos años más. ¿Por qué volvía con él? ¿Por qué dejé que me tratara así? Lo pienso y lo pienso y no lo entiendo. He llegado a la conclusión de que este tío es un narcisista de campeonato. Él me responsabilizó a mí de lo ocurrido. Me dijo que yo era la culpable, que estaba desquiciada. Y es cierto que estaba desquiciada, pero por su culpa. ¡Encima me debe dinero!

Siento vergüenza de mí misma por dejar que me trataran así. También culpa. Creo que si acepté que me trataran mal fue por el miedo a quedarme sola. Ahora soy consciente de ello, y tengo miedo. Miedo de terminar yéndome con cualquier idiota solo por el hecho de que me haga caso. Miedo de mí misma. Miedo de volver a caer. Miedo a no ser suficientemente valiente. Él nunca me quiso, solo me dio migajas. Y yo me arrastré por el suelo por esas migajas. Me costó horrores abrir los ojos y decir basta. Lo más surrealista es que él se comporta como si no hubiera pasado nada. Creo que este comportamiento abusivo es propio de los hombres, porque ¿quién va a terapia? Nosotras. No hace falta que un hombre te viole o te pegue para que te machaque la autoestima.

Las mujeres tenemos un problema con esto de la soledad. Sobre todo, cuando te haces mayor y te das cuenta de que esta situación puede ser a largo plazo. Porque, de algún modo, hasta hace poco nos educaban para encontrar esposo y ser madres. Esta

mentalidad nos ha hecho mucho daño. A mí me gustaría tener pareja, pero prefiero estar sola antes que terminar con un mindundi. Tengo familia, trabajo, amigos, aficiones. ¿Para qué me voy a rebajar a estar con un tío que no está a la altura?

VALENTINA

41 años, casada, una hija

«Me da rabia que algo tan chulo como el sexo
vaya unido a algo tan chungo como las ETS.
¡Es tan injusto! Si fuera creyente le preguntaría
a Dios por qué ha creado algo tan bonito
y tan peligroso al mismo tiempo».

La teoría la tengo clarísima: el sexo es necesario para la supervivencia, genera dopamina, potencia el sistema inmune, fortalece el corazón y previene el estrés. Ahora bien, ¿podría yo vivir sin sexo? Por supuesto. Podría vivir sin la mitad de cosas que tengo. El ser humano tiene una capacidad de adaptación brutal.

La primera vez que lo hice tenía dieciséis años y me dolió un montón. «Follar es una mierda», pensé. Estaba muy enamorada y él era muy buena persona, sin embargo, me dolía. Entonces era joven e inexperta y no sabía qué debía hacer para evitar el dolor, pero supongo que si me dolía sería por algún motivo. Y aun así, él insistía en continuar. No lo recuerdo como un chico dominante, pero en este aspecto lo fue. Después de estar con él tuve clarísimo que no volvería a pasar por lo mismo, y nunca más ha vuelto a sucederme.

Tengo cuarenta y un años y a lo largo de mi vida he probado todas las versiones posibles del sexo, desde el polvo de una noche a la pareja estable pasando por los follamigos. Antes de conocer a mi marido tuve muchas parejas sexuales, muchísimas. Él y yo llevamos quince años juntos y tenemos una hija.

El sexo es una parte importantísima en la relación de pareja, y en este aspecto, mi marido y yo congeniamos a la perfección. Evidentemente, además del sexo compartimos infinidad de cosas. Soy una persona muy exigente. Si él no me llenara al cien por cien, seguiría soltera. Lo conocí en una discoteca. «Yo no vengo nunca aquí». «Yo tampoco». Esa misma noche acabamos en esta casa. Me enamoró todo de él: su físico, su inteligencia, su educación, su naturalidad, su cultura… ¡y el piso! Los dos tenemos la misma ideología y compartimos el mismo proyecto vital.

El día de mi boda, mis amigas soltaron un discurso y la liaron parda. «Después de estar con cincuenta mil chicos, finalmente ha encontrado al amor de su vida». Corrí a quitarles el micro. ¿Cómo se les ocurre decir esto delante de mis padres? Pero es cierto: yo había tenido mucho sexo. Mi marido, en cambio, no había follado demasiado. Y eso que con la planta que tiene podría haberse acostado con quien quisiera, pero es tan tímido… En este sentido, somos las dos caras de la misma moneda.

Un día estábamos comentando los últimos acontecimientos de nuestra vida sexual y me lo reconoció: «Fui tonto de joven. No follé mucho. Tendría que haber

aprovechado más el tiempo». Le contesté que por mí no se preocupara, que siempre que surgiera la ocasión iba a ayudarle y acompañarle. Evidentemente, después de quince años juntos follamos menos que cuando empezamos a salir, pero cuando tenemos sexo es alucinante.

Cuando la niña era pequeña era fácil encontrar algún momento para hacerlo, pero ahora tiene diez años y es prácticamente imposible, se entera de todo. Ni siquiera de noche podemos estar tranquilos porque cuando no se levanta a hacer pis tiene pesadillas y yo así no me relajo y mi marido, menos.

Nosotros tenemos sexo únicamente cuando estamos solos. Así que una vez al mes dejamos a la peque con los abuelos o con la canguro y salimos por ahí. Y cada dos meses nos vamos de escapada romántica. En un fin de semana largo quizá echamos ocho polvos. Luego, podemos pasar un mes entero o incluso dos, hasta que no volvemos a salir, sin tener sexo. Nunca hemos querido ser ese tipo de matrimonio que tiene hijos y deja de hacer planes de pareja. La verdad, no entiendo cómo pueden vivir así. A nosotros siempre nos ha gustado pasar tiempo juntos. Además, es bueno para la relación. Porque entre el trabajo, la casa y la peque cuesta mucho encontrar un momento a solas. Y lo habitual es que al llegar la noche los dos estemos muertos.

Al principio, cuando no teníamos sexo durante semanas, ya fuera por el trabajo, las obligaciones familiares o responsabilidades varias, pensaba: «¿Estaremos bien?». Necesitaba conectar de nuevo con mi marido. Creo que irnos por ahí los dos solos nos ha salvado porque, aunque únicamente sea durante tres o cuatro días, volvemos a tener veinte años. Nos divertimos, nos emborrachamos y hacemos amigos en cualquier lado.

Cuando salimos de noche y cogemos el taxi para volver a casa, por ejemplo, nunca llegamos al piso vestidos. Pobres taxistas, lo que tienen que aguantar. Lo he hecho en cada esquina, matojo y portal alrededor de mi edificio. También, en las escaleras y en el ascensor. A veces, hemos ido a alguna fiesta y hemos tenido relaciones delante de la gente. Entonces es cuando me digo a mí misma: «Vale, estamos de puta madre». No aspiro a nada más. A mí que no me agobien con lo del polvo semanal, porque mi marido y yo no lo tendremos jamás. Para mí es inviable.

Hacer el amor está bien, pero follar mola más. Como soy muy vaga, prefiero que ellos lleven la iniciativa, a mí me gustan los hombres que tienen fuerza y que controlan la situación. Nada me echa para atrás. A ver, nunca me han meado encima, creo que no me gustaría, pero nunca se sabe. Quizá a los veinte años si alguien me hubiera pegado un bofetón, me habría molestado, ahora, en cambio, me pone. No lo considero una falta de respeto, sino parte del juego.

He fingido muchísimos orgasmos. Muchísimos. Sobre todo, cuando era joven. Calculo que los primeros diez años, de los quince a los veinticinco, habré fingido unas diez millones de veces. A esa edad, tu personalidad aún está formándose y buscas la aprobación de los demás. Sin contar que tienes la falsa creencia de que la relación sexual irá mejor si te corres. Fingí los primeros años. Lo reconozco. ¿Pero sabes qué? Todos los chicos con los que estuve se corrieron, y no me da la sensación de que les importara demasiado si yo tenía un orgasmo o no. Ahora me pasa al revés. Ahora tengo tal dominio del asunto que en una sola noche me puedo correr infinidad

de veces. A mi marido, en cambio, cada vez le cuesta más: tiene que estar descansado, sin preocupaciones de trabajo y no haber bebido demasiado. Al principio me preocupaba y me sabía mal. Ahora ya lo conozco y bromeo: «¡Aleluya! Bien por ti».

A los cuarenta vives el sexo de un modo muy diferente a cuando tenías treinta, ya no te digo veinte o quince años. Las mujeres evolucionamos constantemente. A mí, por ejemplo, al principio de tener relaciones me costaba mucho tener un orgasmo vaginal. Para correrme con la penetración necesitaba estar encima. Así que, desde que empecé a tener relaciones sexuales, hasta más o menos los treinta, si quería correrme follando necesitaba que, además, me estimulasen el clítoris. Ahora, he descubierto el punto G. Una parte del clítoris que está más adentro que, si la tocas con los dedos y de una determinada manera, te produce un orgasmo alucinante. De un tiempo a esta parte cuando me corro lo mojo todo. Es de lo más curioso que a los cuarenta años sigas descubriendo nuevos aspectos de tu sexualidad.

He ligado mucho, y gustar te da seguridad. Si el físico ha condicionado en algo mi sexualidad ha sido en positivo. Además, cada año que pasa me veo mejor. A menudo salgo de juerga con las amigas y los hombres me tiran la caña. Después de tanto tiempo acostándote con la misma persona es normal que se pierda el misterio, y la novedad es excitante, pero me aguanto las ganas y solo tonteo. Mi marido es el hombre de mi vida, no me merece la pena correr el riesgo. Si te digo la verdad le he dado muchísimas vueltas al tema de la monogamia y la infidelidad. Al fin y al cabo, somos animales. ¿Y qué animal es monógamo? Uno de los pocos que hay es el lobo, que cada año corteja a la misma hembra. ¡Será tonto! Lo que hemos hecho mi marido y yo es ir a fiestas liberales. Todo empezó por casualidad, estábamos cenando con unos amigos y nos propusieron ir a una fiesta un tanto especial, mi marido y yo nos miramos y dijimos: «Venga, vamos». Era una MadBunny.

MadBunny es una organización alternativa que organiza unas fiestas liberales espectaculares. Alquilan casas enormes en los alrededores de Barcelona, con mogollón de habitaciones, piscina y un jardín precioso que ellos convierten en zona *chill out*. Todo está pensado al milímetro, la escenografía es alucinante, la gente que acude está loquísima y es muy juerguista. Todos van disfrazados y muy bien maquillados. En las MadBunny se respira un ambiente de película. El primer día que fuimos solo tuvimos sexo entre nosotros. El segundo día empezamos a hablar de la posibilidad de hacerlo con otras personas. Y el tercero nos tiramos de cabeza a la piscina. Digamos que, poco a poco, nos hemos ido abriendo a nuevas experiencias. Eso sí, no vale ir cada uno por su lado. Nosotros tenemos un pacto: estar juntos, compartir la experiencia y tener sexo sin penetración. Para nosotros hablar es vital y establecer límites, también.

Estoy contentísima de haber llegado a este punto en mi matrimonio. A los dos nos gusta el sexo y los dos disfrutamos con estas aventuras. La mayoría de mis amigas casadas follan poco o nada. Abrir la relación, como hemos hecho nosotros, no es habitual. Hay que tener un vínculo muy fuerte, mucha comunicación y confianza al cien por cien con tu pareja, además de ser valiente y arriesgado. Para nuestros amigos, nosotros somos «los raros».

La primera vez que nos enrollamos con otra pareja fue porque yo sabía que ellos

hacían intercambio. Fuimos a cenar y desde el minuto uno bromeamos sobre el tema; fue una cena de flirteo. Se notaba que los cuatro estábamos predispuestos a lo que pudiera ocurrir. Es surrealista salir con tu marido y pasarte la velada coqueteando con otro hombre. Tengo muy buen recuerdo de esa noche. Después de cenar fuimos al Oops! Barcelona, la típica discoteca que funciona como club de intercambio y donde también organizan fiestas liberales. Allí ya hubo algún que otro roce y luego acabamos la fiesta en nuestra casa. Estábamos en confianza, los cuatro haciendo bromas y riendo a carcajadas. Fue fluido y desenfadado.

Tengo una amiga que dice que estas cosas no puedes hacerlas con conocidos, que siempre acaban fatal, y entiendo la premisa. Hay personas que después de una aventura así se rayan y algo supuestamente divertido acaba siendo un follón. Pero nosotros siempre lo hemos hecho con conocidos y nunca hemos tenido ningún problema. Una vez, en Ibiza, conocimos a un grupo de gente y acabamos en una casa follando todos con todos. Hace poco salimos de noche por Barcelona y terminamos en otra casa con gente que no conocíamos de nada, la mayoría más jóvenes que nosotros.

El único problema que le veo a la promiscuidad son las enfermedades de transmisión sexual. Me da rabia que algo tan chulo como el sexo vaya unido a algo tan chungo como las ETS. ¡Es tan injusto! Si fuera creyente le preguntaría a Dios por qué ha creado algo tan bonito y tan peligroso al mismo tiempo. Me encantaría ir a más fiestas liberales, pero tengo tanto miedo a contraer una ETS, que me freno. ¡Si no fuera por este motivo, haría tantas cosas! Soy pasional e impulsiva, y de noche me dejo llevar. Pero con la cabeza fría pienso demasiado y termino por no hacer nada. Lo ideal es que estas cosas surjan sin planearlo. Mi marido cada noche que salimos piensa: «A ver si hoy hay suerte».

También te diré que al principio de abrir la relación es normal que surjan situaciones que te superen o te causen inseguridad. A mí me ha pasado, y eso que mi marido jamás se ha extralimitado. Siempre soy yo la que da el primer paso. Él es una persona tímida y educada. Nunca haría nada que pudiera molestarme. Pero como es simpático y atento, a veces las chicas lo malinterpretan. Y una noche, no sé por qué, me dio la sensación de que estaba ligando con una tía. Lo pasé fatal. ¡Tuvimos una pelotera! Hay que hablar, decirle a tu pareja cómo te sientes y buscar el equilibrio. Hacerlo de vez en cuando, pero sin abusar. Si no vas con cuidado puedes tener problemas, y yo no quiero poner en riesgo mi matrimonio. Si te soy sincera, jamás hubiera imaginado que llegara a vivir experiencias como estas. ¡Estoy tan feliz! Nuestras aventuras se han dado de forma natural. Evidentemente, los dos estamos abiertos a que sucedan este tipo de cosas, pero nunca hemos forzado nada.

Hemos tenido suerte porque creo que esto ocurre pocas veces en la vida. Es difícil que se dé la circunstancia idónea y que haya *feeling* entre las personas. Una vez intentamos meternos en una página de internet. «A ver si encontramos a una pareja como nosotros para ir a cenar y lo que surja». La cerramos en media hora. Nos pareció de lo más cutre, no era nuestro rollo. Yo quiero estar con gente como nosotros, normalita. Gente con quien pueda tener una conversación y si la cosa fluye, bien, y si no, tampoco pasa nada.

Un tío mientras pueda meter la polla en un agujero ya está satisfecho. Las mujeres

somos diferentes. Yo, por ejemplo, necesito que me estimulen. Me da mucha rabia que cuando mi marido me busca dé por hecho que acabaremos follando. A mí me gustan los besos, las caricias, los susurros. Me encantaría que una situación cualquiera desembocase en sexo. No quiero saltarme los preámbulos, pero a él le cuesta. Una vez que se calienta no hay quien lo pare. Mi marido, al igual que la mayoría de los hombres, es en plan: a, b, c y penetración. Los únicos tíos que se lo trabajan un poco más son los que lo tienen difícil para pillar cacho.

Y te diré otra cosa: a mí el tamaño del pene me importa. Me sabe mal admitirlo, pero es la verdad. Para poder disfrutar necesito que el miembro del chico cumpla ciertas dimensiones. Es innegable que hay un antes y un después del parto. Si mi marido nota la diferencia, ¿cómo no voy a notarla yo? Sería bueno hablar del tema y romper este tabú. Al fin y al cabo, no se trata de que tengas la polla más grande o más pequeña, sino de cómo es en relación a la vagina que te encuentras. Aceptémoslo. Solo así podremos empezar a discutir qué tipo de sexo queremos y qué podemos hacer para conseguirlo.

A mí me gusta todo: los tacones, el cuero, la lencería… En casa siempre soy yo la que va de compras. Tenemos varios vibradores, plumas, juegos de mesa eróticos para adultos. Mi marido suele comprar aceites con sabores; le gusta mucho hacerme masajes. También me regaló el Satisfyer. ¡Vaya decepción! Pienso que está bien para las chicas solteras. Sin embargo, yo prefiero el estímulo de una piel humana. Me da igual si es la mía o la de otra persona, pero siempre será mejor que un trozo de plástico. Me ocurre lo mismo con el porno. Yo miro poco, mi marido suele ver más. Creo que a los hombres les excita el estímulo visual, por eso ven más porno que las mujeres. Nosotras preferimos los preliminares porque ahí entra en juego la imaginación, con lo cual consumimos más literatura erótica.

Hubo un momento en que empecé a preocuparme. ¿Y si el porno hace que mi marido y yo follemos menos? Porque el sexo solitario es más fácil y rápido. El abuso, sea de lo que sea, crea dependencia y también puede sustituir aquello que es sano. Y el porno puede acabar convirtiéndose en un sustituto de las relaciones sexuales con la pareja. Mi consejo: que las mujeres se apunten a ver porno con sus maridos. Porque para ellos será placentero, pero no tanto como si lo hacen por su cuenta. Yo lo he hecho y me ha funcionado.

¿Sabes algo que no he hecho y me gustaría mucho? Hacer un trío con dos hombres. Espera, espera. Lo hice una vez. Me acabo de acordar. Fue hace muchísimos años. Me encantaría repetirlo. En esa época estaba soltera y salía mucho de fiesta. Una noche me lie con un chico. Estábamos hablando de las cosas que nos gustaría hacer y se lo comenté. Me dijo que a él le encantaría, que tenía un amigo que también quería probarlo y que tenían una consigna. Si uno llamaba al otro y decía «se me ha estropeado el ascensor» significaba que había una chica dispuesta a hacerlo con ellos. Al cabo de un tiempo me invitó a comer a su casa y en un momento dado llamó a su amigo y le soltó esta frase. Fue muy guay. Los dos para mí. Nunca los he vuelto a ver. Ellos no interactuaron. En general, los hombres son más rígidos que nosotras. Cuando mi marido y yo hemos estado con otra pareja, las chicas hemos interactuado entre nosotras, pero los chicos jamás.

Mis relaciones sexuales siempre se han basado en la comunicación y la confianza,

pero he de reconocer que con cuarenta años me siento más libre que nunca para expresar lo que quiero. No tengo manías ni complejos. Mi madre siempre me lo decía: «Para las mujeres la época de mayor plenitud es a los cuarenta. Disfruta de esta época porque es de las mejores de la vida».

La verdad es que yo me veo los próximos diez años teniendo el mismo sexo que ahora. Dentro de veinte…, chao, pescao. Aunque, sinceramente, creo que si llega una época en que mi marido y yo dejamos de tener sexo, como pareja estaremos igual de bien que ahora. A mí lo que me da miedo es la menopausia. ¿Perderé la libido? ¿Tendré sequedad vaginal? Por otro lado, pienso que a medida que vives las cosas te das cuenta de que no son tan chungas como las habías imaginado. Pensaba que el parto y el posparto serían horrorosos y fueron estupendos. Pensaba que a los cuarenta estaría acabada y, mira, estoy *on fire*.

LIS

41 años, separada, dos hijos

«Cuando la gente me dice que soy bisexual les respondo: “No. Yo soy Lis. Hago lo que me sale del coño y me acuesto con quien me sale del coño. Déjame vivir”».

A mí me resulta difícil hablar de sexo con la gente, no me sale. Solo lo hago con mis dos mejores amigas. Las dos viven fuera y las dos están bien casadas. Una perdió la virginidad a los treinta y cinco. Flipa. La otra había sido muy activa sexualmente, pero ahora está centrada en sus hijos. La última vez que conversamos ambas me confesaron que no follaban con sus parejas. Les dije: «Nenas, esto pinta mal. Os lo digo por experiencia propia. Analizad por qué no os apetece tener sexo con vuestros maridos. La falta de sexo es una señal de alarma de que algo en la relación no funciona, y hay que tenerlo en cuenta».

Hace un año que tomé la decisión de separarme, y hace ocho meses que vivo sola. La mitad del tiempo con mis gemelos, a los que tengo en custodia compartida. En este tiempo he llegado a la conclusión de que yo, en la cama, necesito que me vean, que estén pendientes de mí, de cómo me siento. Digamos que sin conexión no me pongo a tono. Al fin y al cabo, estamos compartiendo un momento de intimidad superimportante y quiero hacerlo mirándonos a los ojos. Luego hay otro tema: en mi vida ha habido un *gap* de quince años en el que solo me acosté con mujeres. Y ahora mismo me apetece follar con hombres. Es lo que estoy haciendo, y lo estoy gozando un montón. No sé si volveré a estar con una mujer.

De los dieciocho a los veinticinco me acosté con varios chicos. Todo rollos. Duraban uno, dos, tres meses. Lo típico «sí, pero no». La relación más larga que tuve duró un año y acabó fatal. Nunca había querido tener hijos, pero con este chico pensé: «Es el momento de ser madre». Como si la maternidad fuera a solucionar todos mis problemas. Gracias a Dios no lo hice y seguí tomándome la píldora anticonceptiva. Hubiera sido un error, porque mientras estaba con él me enamoré por primera vez de una chica.

Lo cierto es que siempre había tenido esa duda rondándome la cabeza. ¿Y si…? Jamás se lo comenté a nadie. Hay que decir que hasta aquel momento las relaciones me habían ido fatal, bueno, fatal es quedarse corta. Y pienso que en gran parte fue a causa de mis inseguridades. «No valgo nada, me agarro a lo que sea». Y, claro, a la que llevaba unos meses de relación pensaba: «¿Pero qué estoy haciendo? ¿Por qué aguanto esta mierda?». Las mujeres inseguras tendemos a engancharnos a tíos que nos hacen infelices. Al menos, este era mi patrón. Pasaba de una mala relación a otra peor. Hasta que conocí a esta chica.

Ella era lesbiana. Me contaba sus aventuras de noche por Barcelona y yo alucinaba en colores. Obviamente sabía que existían las lesbianas, pero aquel mundo me era totalmente desconocido. Un día salimos de fiesta juntas y ella se quedó a dormir en mi casa. Estaba claro lo que iba a pasar. Las dos lo sabíamos. Y efectivamente pasó. Hacerlo con una mujer supone todo un cambio. Hay una dosis de atención respecto al cuerpo de la otra que no se da con el sexo heterosexual; fue muy heavy. Primero, porque era algo que yo tenía en mente desde hacía muchísimo tiempo. Y segundo, porque de ahí nació una relación de amistad que sigue existiendo a día de hoy.

Cuando empecé a salir con ella mis amigas fliparon. Una me preguntó: «¿No echarás de menos una polla?». Literal. Aparte de este comentario salido de tono, mi entorno se lo tomó bien. Ten en cuenta que en esa época apenas había referentes en los medios. Se hablaba de una presentadora de deportes a la que le gustaban las mujeres. También estaba el runrún de la relación sentimental que supuestamente mantenían Isabel Pantoja y la periodista Encarna Sánchez, pero nada estaba confirmado, todo eran chismes. Aún no se había roto el tabú.

Mi hermano, que es muy majo, pero bastante patoso, me dijo: «Te respeto». «Faltaría más», le respondí. Él se dio cuenta de que su comentario me había disgustado y enseguida matizó. «A mí me da igual con quién te acuestes mientras seas feliz». ¡Ahí está el meollo del asunto! No se trata de que la gente me respete, se trata de que les dé igual. Es asunto mío con quién me voy a la cama, de nadie más. Por eso cuando la gente me dice que soy bisexual les respondo: «No. Yo soy Lis. Hago lo que me sale del coño y me acuesto con quien me sale del coño. Déjame vivir».

Mis padres se separaron cuando yo tenía once años. Mi hermano y yo nos quedamos a vivir con mi padre y, obviamente, la persona que me hablaba de sexo fue él. Éramos muy amigos y a medida que fui creciendo fui descubriendo cosas acerca de su sexualidad. A mi padre le gustaba el BDSM, y en nuestras conversaciones siempre acababa saliendo la misma frase: «Si es consentido por ambas partes es correcto, sea lo que sea». Murió cuando yo tenía veinticinco años, pero la base de mi sexualidad parte de esta premisa. Para mí el sexo es un juego y lo esencial es que, sea lo que sea, lo elijas sin coacción. El tema del respeto y el consentimiento los tengo grabados a fuego.

Después de mi primera experiencia lésbica, que duró más o menos un año, conocí a mi mujer. Hemos estado trece años juntas, de los cuales los diez últimos me gustaría borrarlos de mi vida. Cuando pensamos en relaciones tóxicas nos vienen a la cabeza las relaciones heterosexuales, y no tiene por qué ser así. La nuestra era una relación tóxica en toda regla. Poco a poco, y muy sibilinamente, mi mujer me apartó de mis círculos. O eran gilipollas o subnormales o unos interesados; nadie de los míos le gustaba. Llegó un punto en que no me atrevía a quedar con gente por miedo a que me soltara un moco o me montara una bronca. Y, al final, nos quedamos solas.

Es curioso porque, al principio, ella me pareció una mujer segura de sí misma, con las ideas muy claras. Mi padre había muerto un par de años antes, él era un referente muy importante para mí, y quizá vi en ella un pilar donde apoyarme. Además, los tres primeros años el sexo era buenísimo. Y a pesar de que yo siempre había dicho que no quería tener hijos, como ella tenía muchas ganas de ser madre nos casamos y tuvimos a los gemelos. Hice lo que se esperaba de una relación heterosexual

convencional, aunque la nuestra fuera una relación homosexual. La maternidad afectó a nuestra vida sexual de un modo que no te imaginas. «Vamos a hacerlo porque toca». Y después, ni eso. Beso de buenos días, beso de buenas noches y ya. Pero la falta de sexo es solo la punta del iceberg. Cuando empiezas a rascar te das cuenta de que el problema es mucho más profundo.

Yo era ejecutiva, viajaba un montón y ganaba mucho dinero. Digamos que era el proveedor de la familia, y mi mujer, la encargada de la casa y la crianza. De repente, me di cuenta de que estaba viviendo dos vidas paralelas. De un lado estaba mi vida familiar, un completo estereotipo. Y del otro, mi vida fuera de casa donde yo era una persona completamente distinta y feliz. Empecé a mentir: salía por ahí de copas y a ella le decía que estaba trabajando. Entonces me quedé sin trabajo y fue como recibir una patada en el estómago. Pasé de estar montada en el dólar a cobrar el paro, y la reacción de mi mujer fue buscarme trabajo en el extranjero. Ahí fue cuando me agobié de verdad.

No quería irme de Barcelona. Si aquí mi círculo ya era cerrado en el extranjero estaría aislada. No podía más, y se lo dije. «Me ahogo. Necesito vivir mi vida». ¿Sabes qué me respondió? «Si necesitas más libertad, yo te la doy». Vi claro que lo nuestro no tenía salvación. Porque ella no me tenía que dar nada. La libertad es mía, me pertenece. Mi error fue cedérsela durante tanto tiempo. La mierda que me ha echado encima este año que llevamos separadas atiborraría un camión entero. Incluso ha llegado a decirme que no soy una auténtica lesbiana. No sé cómo pude dejar que me tratase así durante años. Le tenía miedo, no era yo.

Ha sido separarme y renacer en mí el apetito sexual. Sentirte deseada, que te toquen, que te digan palabras bonitas. ¿A quién no le agrada? Cuando no lo tienes no lo echas de menos, pero cuando vuelves al ruedo y ves lo bien que te va practicar sexo no puedes parar. Ahora mismo necesito tener sexo en mi vida, pero lo que más necesito es sentirme deseada. A veces, simplemente necesitas descargar tensión. Y además está el maldito Satisfyer del demonio. ¡Hostia puta! No sabía que fuera capaz de tener un orgasmo en cuestión de segundos. Pero del mismo modo que a veces necesito descargar tensión, también necesito el contacto con otro ser humano. No hay nada comparable a la piel con piel. Después de acostarme con alguien, tengo la sensación de haber crecido diez centímetros. ¿O, dime tú, qué momento de intimidad más grande hay entre dos personas? Si puedo tengo sexo una vez por semana, pero a mí no me sirve cualquier tío. Paso de hacerlo con un desconocido a las cinco de la mañana cuando vamos todo pedo, yo quiero que me miren a los ojos, no quiero ser un agujero.

Cuando era joven el sexo que tenía estaba muy condicionado por mi físico. Para que te hagas una idea: con dieciocho años follaba con la luz apagada. Con cuarenta, lo hago en un comedor sin cortinas y me la sopla. Esta tranquilidad con mi cuerpo es nueva para mí. Ten en cuenta que peso sesenta kilos y hace dos años pesaba ochenta y tres. Pero si me siento bien no es porque haya adelgazado. Tengo las tetas caídas, celulitis y un montón de estrías, pero nada de eso me importa porque ahora estoy bien conmigo misma. Y creo que esto es atractivo para los demás. No tiene nada que ver con tus medidas. Seguramente con los veintiséis kilos de más que tenía antes y la misma actitud de ahora la gente me seguiría diciendo: «¡Hostia, nena, qué guapa

estás!». Porque ahora estoy donde quiero estar, hago lo que quiero hacer, tengo la vida que yo he escogido y el espacio que les doy a los demás es el que yo elijo.

De niña era un fideo, lo que me llevó a engordar sin medida fueron los últimos años de mi matrimonio. Mi mujer y yo no teníamos sexo, y me descuidé. Veo fotos de aquella época y pienso: «¿Cómo llegué a esto? ¿Por qué nadie me dijo nada?». Creo que mi cuerpo era un reflejo de mi estado interior. Hasta que llegó un momento en que me dije: «No puedes continuar así». No tenía nada que ver con el tema sexual. Simplemente comencé a cambiar aspectos de mi vida que no me gustaban. Empecé por mi físico como podía haber empezado por cualquier otra cosa, y al final este proceso de cambio profundo desembocó en mi separación.

Cuando no estás a gusto con tu cuerpo tus relaciones sexuales se resienten. Temes el rechazo y eso te hace estar tensa e insegura. Así es imposible que disfrutes. Antes pensaba que no lubricaba, y no es verdad, lubrico a la perfección, todo estaba en mi cabeza. Ahora que me he relajado mis relaciones sexuales son fluidas y gozo mucho más. Durante años me torturé con estas mierdas del físico. Ahora pienso: «Si no te gustan mis tetas, puerta».

Las mujeres estamos tan pendientes de que no se nos caigan las tetas, de estar bien depiladas, de que no se nos vean las lorzas, de llevar la pedicura bien hecha, de corrernos… Tenemos tantas mierdas en la cabeza que es imposible que nos vaya bien en la cama. El sexo es muy mental.

También he de decir que después de acostarme con mujeres, cambié el modo en que me comporto en la cama y con el sexo en general. Y si bien es cierto que entre nosotras se da más importancia a la piel y hay más cuidado, en el sexo lésbico también hay empotramiento. ¡No jodamos! La gente piensa que las mujeres en la cama son más sensibles y más cariñosas, y es verdad, pero también hay momentos de «me apetece ahora» y «follemos a saco y sin parar». Pero a diferencia del porno lésbico que consumen los heterosexuales, donde aparecen muchos arneses y vibradores, las mujeres solo los usamos en momentos puntuales. Lo habitual es utilizar las manos, la boca, los pies y el cuerpo en general.

Me fijo mucho en las manos, tanto de hombres como de mujeres. Una mano suave de mujer o una mano fuerte de un hombre me chifla; las manos son mi *must*. De las mujeres también me atrae mucho la boca. La boca es una parte vital en nuestras relaciones sexuales, las lesbianas la usamos mucho rato y para muchas cosas. El sexo con los hombres acostumbra a girar en torno a los genitales y con una mujer el cuerpo entero es una zona erógena. Puede ser una rodilla frotando el clítoris, por ejemplo. Mientras sirva para hacer presión todo vale.

He conocido el cuerpo de la mujer en general y el mío en particular después de estar con mujeres. Antes me había masturbado muy poco y con recelo. Sentía que estaba haciendo algo malo. Pero con las mujeres, como no buscas la penetración, hay mucho más de «tócame un poco más a la izquierda, sube un pelín más arriba, espera, no chupes así, succiona asá, no me muerdas tan fuerte el pezón». Estando con mujeres me di cuenta de que desconocía mil cosas de mí misma. Ahora, por ejemplo, sé que enloquezco con los mordiscos. Si, además, me los dan en la cadera o la clavícula pierdo el mundo de vista. No hablo de dentelladas, me refiero a mordiscos suaves, como caricias. Ahora bien, no me chupes el dedo gordo del pie porque no

siento nada.

Me excito a través del oído. Me pone que un hombre me diga qué está pensando, qué me hará cuando me vea, y si gime cuando lo hacemos, ni te cuento. El silencio me descoloca. Necesito tener *feedback*. No soy una persona fantasiosa, quizá porque suelo llevar a término mis propósitos. Por ejemplo: estoy cenando con un chico. Voy al baño. Me quito las bragas. Y cuando regreso a la mesa se las doy. Soy muy morbosa y este tipo de situaciones me pone.

Fetiches no tengo. Sí que me va la lencería, sobre todo la que tiene encaje. Mañana he quedado con un chico y, evidentemente, me voy a poner uno de mis conjuntos más sexys. No sé qué va a pasar, pero me la pondré igualmente. No uso lencería exclusivamente para follar. Me gusta llevarla porque me veo guapa, aunque nadie me la vea y la mayoría de los hombres ni se fijen. La lencería me hace sentir sexy, por dentro y por fuera. No me veo con una braga color carne de cuello alto. Mi exmujer era de estas. Llevaba bragas de abuela. Este tipo de prendas acaba *ipso facto* con el *sex appeal*.

Últimamente también me he aficionado a poner música. Tengo a Alexa y cuando vengo a casa con alguien pongo «la lista para follar». El sexo anal es de las pocas prácticas que no me va, y creo que es porque aún no he encontrado al tío que me lo sepa hacer bien. No me cierro a nada, pero ¿sabes qué ocurre? Los hombres están tan obsesionados con hacerlo por detrás que basta que me lo pregunten para que se me quiten las ganas.

Luego están los tempos. La primera vez que me acosté con un chico apenas llegó a la media hora, y estoy siendo supergenerosa. El objetivo era claro: que él te la metiera y se corriera. La primera vez que lo hice con una mujer estuvimos horas. Conversamos, nos acariciamos, follamos. El concepto «pasar la noche follando» es completamente distinto. Y esto ha hecho que, después de haber estado quince años con mujeres, haya cambiado mi forma de estar con los hombres. Es en plan *take it easy*.

Soy muy fan de los preliminares. Me gusta notar la saliva de un beso húmedo, esa mano que baja lentamente, una palabra subida de tono. Los hombres suelen ser más directos y yo prefiero que me calienten antes de que bajen ahí abajo, que me pongan tan cachonda que tenga que suplicárselo. Debo decir que he tenido la suerte de encontrar a hombres —y no han sido pocos porque después de separarme de mi ex he pasado por una fase de explosión— que no tienen prisa. «Mañana vamos a ir los dos a trabajar habiendo dormido tres horas, pero da igual». Y esto mola mogollón.

Otra cosa curiosa que me está pasando con los hombres, me ha ocurrido con varios, es que me vean. Recuerdo uno que me dijo: «Ey, nena, te has ido. ¿Estás bien? ¿Qué te pasa? Estoy aquí. ¿Quieres que paremos?». Que conste que teníamos un sexo brutal, pero no sé por qué mi cabeza se fue a otro lugar. Lo bueno es que él se dio cuenta. Él estaba conmigo de verdad: me veía. Estaba atento a mis reacciones. No estaba follando con un cuerpo, estaba follando conmigo. Algo que debería ser habitual, pero que no siempre se da. Saber que él estaba pendiente de mí, de mi placer, de mis necesidades y de mis reacciones corporales fue un gran descubrimiento y una sensación maravillosa.

Antes con los chicos fingía para no ofender su hombría, porque si no te corrías

ellos pensaban que lo habían hecho mal. ¿Acaso el mundo gira en torno a vosotros? ¿Y yo? ¿Qué pasa conmigo que soy la que no me he corrido? En cambio, los hombres con los que he estado ahora tienen más experiencia y se preocupan de que yo llegue.

Y te diré otra cosa: del mismo modo que las mujeres heterosexuales tienen unos estereotipos marcados acerca de las relaciones, las lesbianas también los tienen. Es muy frecuente que dos mujeres se vayan a vivir juntas nada más conocerse. Es un clásico cliché bollero, y es inapelable. Las lesbianas, al igual que los hombres gais, intentan vivir su sexualidad libremente, pero les cuesta. Porque la forma que tenemos las mujeres de relacionarnos es distinta.

Hubo un Circuit Festival donde los organizadores montaron una sauna para mujeres. Fue un desastre total. Porque el sexo esporádico con desconocidos, tan común en la comunidad gay, es residual en el mundo lésbico. Entiéndeme, claro que hay sexo de una sola noche, pero por norma general acabas quedándote a dormir en casa de la otra. No conozco a ninguna lesbiana que haya echado un polvo y desaparezca de tu vida. Lo normal es que la relación continúe, sea sentimental o de amistad. Es más, creo que en el mundo lésbico tener sexo con alguien se entiende como una relación, aunque esa relación solo dure una noche. Y es una relación porque estás con la otra persona al cien por cien.

Recuerdo la primera vez que uno de mis colegas me dijo: «Me he levantado cachondo, me voy a los baños de Atocha a follar». Y yo: «¿Qué mierda es esta? ¿Vas a ir a los lavabos donde hay tíos meando para follar con el primero que se ponga a tiro? ¡Qué asco!». En aquella época el concepto de sexo por sexo me parecía desagradable, pero si lo piensas bien es muy libre. Así que ahora quiero un poco de eso para mí.

Creo que detrás de muchos de nuestros prejuicios y traumas se esconde la gran mentira del amor romántico. ¡Puto Disney de los cojones! El sexo no tiene por qué ser siempre con amor. Las mujeres nos complicamos la vida y nos echamos las manos a la cabeza por tonterías tremendas. El rollo del amor romántico nos ha hecho mucho daño, pero a ellos también; creen que todas llevamos el catálogo de Pronovias en el bolso. Los hombres aún no han cambiado el chip.

Después de separarme tiré durante un tiempo de aplicaciones para ligar. A mí no me gustan las etiquetas, pero digo que soy bisexual para dejar claro desde el principio lo que hay; no quiero que nadie se sienta engañado. Lo normal es que los tíos me propongan hacer un trío. ¡Sí, hombre, porque tú lo digas! Luego están los que alucinan y me dicen que lo nuestro no va a funcionar. Todavía hay mucha gente que piensa que ser bisexual es sinónimo de ser promiscuo. Como si por ser bisexual vayan a gustarme todos los hombres y todas las mujeres que pasen por la calle. Pues mira, no. Esto no funciona así. Y, por último, están los hombres a quien les da igual: estos son los que me interesan.

Hoy día los hombres están desesperados por follar y eso te permite ser selectiva. Tú sí, tú no. Aunque después de meses chateando con varios tíos, he llegado a la conclusión de que yo no necesito una aplicación para follar. El sexo que te ofrecen estas aplicaciones es sexo vacío, y a mí no me interesa. Además, hay mucha mentira.

Los hombres te dicen que están buscando una relación cuando lo único que quieren es echar un polvo. También hay mucho casado que busca lío a espaldas de su

mujer, y yo no quiero ser cómplice de cuernos. Y luego están los que se aprovechan de las relaciones abiertas y el poliamor para follar con cuantas más mujeres mejor. ¿Podéis ser sinceros con vosotros mismos, por favor? ¿Con vuestras parejas? ¿Con el resto de las mujeres?

Ahora mismo no quiero una relación estable, y lo digo. No dispongo de tiempo. Tengo dos hijos en custodia compartida, mi vida gira en torno a ellos. Solo quiero pasar un buen rato, nada más.

Creo que muchos hombres están descolocados. No entienden que las mujeres de ahora no somos como las de antes. Yo no busco marido, pero sí quiero compartir más cosas que un simple revolcón. No se trata de pasar las veinticuatro horas del día juntos. Un arroz en la playa, una peli la tarde del domingo, incluso una mañana tirados en la cama sin hacer nada, ya está. Yo he empezado a disfrutar del sexo de verdad cumplidos los cuarenta. No sé qué pasará en un futuro. Por el momento lo único que quiero es follar tanto como pueda.

GLORIA

45 años, madre soltera

«Si no fuera porque tengo un hijo… ¡Madre mía,
quién me pillara! Sería una locura. Porque a los veinte
no sabía una mierda y a los treinta iba de culo.
Yo he empezado a disfrutar del sexo al cumplir los cuarenta».

Yo me lo he montado muy muy mal. Mi primera relación fue una mierda. La segunda también, porque el chico tenía una tranca descomunal. Me la metía y me dolían hasta las entrañas. Después me enamoré de un maltratador. Luego me casé con un hombre del que no estaba enamorada. Y, al final, acabé teniendo un hijo con un tío que es un cabrón. Tendría que haber un manual. ¡Me habría ahorrado muchos disgustos!

Recuerdo el primer beso que di, a los diecisiete años. ¡Me costó tanto! Y eso que estaba supercolada por el chico, pero lo hice realmente mal. Más que un beso parecía un mordisco. ¡Pobre chaval! Fue el primero al que besé y también el primero con quien me acosté. Empezamos a salir juntos y me pillé un montón. Aun así, le hice esperar un año. Y ¿para qué? ¡Fue horroroso! Era verano. Estábamos en el pueblo. No teníamos casa ni coche. Él se lo curró, la verdad. Preparó un pícnic, con comida y manta. Todo muy romántico y aun así fue horroroso. Una experiencia muy chunga. Me hizo daño y no disfruté. Luego él me dejó por otra y yo me sentí fatal. Parecía que no iba a poder sobrevivir del dolor que sentía. Todo muy dramático.

Ahora entro al trapo sin problema, pero de jovencita el sexo me daba mucho pudor. No me veía bien desnuda. Tenía muchos complejos y eso no me permitía dejarme llevar. Odiaba mis piernas, nunca me ponía falda, y en la cama me las tapaba con la sábana. Ahora, en cambio, me falta tiempo para quitarme la ropa. Me miro en el espejo y me digo: «Tengo cuarenta y cinco años, he sido mamá y estoy de puta madre. ¡Olé mi coño!». Parece fácil, pero a mí poder decir esto me ha llevado años.

Al principio, cuando era adolescente, sí que estaba a gusto con mi físico. El problema es que después salí cinco años con un chico y esa relación me cambió. Era un hijo de puta, me maltrataba. Lo conocí con veintidós añitos, él tenía treinta y cinco, y enseguida nos fuimos a vivir juntos. En aquella época yo era un piboncito. Nunca he sido de salir mucho de fiesta. Y jamás he tenido sexo de una noche, ni cuando era joven ni ahora. Pero a esa edad me apetecía salir por ahí con las amigas y a él no le gustaba. Supongo que por eso me propuso irnos a vivir juntos tan pronto. Ahí empezó el control y, en menos de un año, el calvario. Este tío me anuló como persona.

Todas las mujeres que hemos estado con un maltratador decimos: «Cuando lo

conocí no era así», y es cierto. Lo típico que vemos en las películas, ¿no? Era tan buen tío… y luego la mata. Es cien por cien verdad. Vivo en un barrio periférico de Barcelona donde el que no fuma porros, se mete *speed* o coca. Y él era el típico que si veía a alguien demasiado colocado lo llevaba a casa. Parecía el pacificador del barrio. Además, era mayor y tenía un trabajo estable. Por no hablar de que físicamente era cagado al actor Andy García. Un tipo muy muy atractivo.

«Es una maravilla de hombre», fue lo primero que pensé de él. Y al principio de la relación lo fue. Era atento, cariñoso, detallista. Los primeros meses me hacía regalos, me llevaba a cenar a restaurantes bonitos, me invitaba a pasar el fin de semana fuera y me trataba como a una reina. No me considero una persona materialista, pero ¿a qué chica no le gusta que la mimen? Y más cuando tú nunca has tenido nada parecido. Seis meses duró la luna de miel. En cuanto me tuvo en casa empezó lo malo. La putada es que para entonces yo ya estaba enamorada de él hasta las trancas. ¿Si teníamos sexo? Muy poco. Y el que teníamos era malo y obligado. Fatal fatal fatal. Pasé cinco años durmiendo sola porque él únicamente venía a la cama a lo que venía. Lo normal es que se quedara doblado en el sofá fumando porros y pasara la noche en el comedor. Sexo apenas teníamos, pero casi mejor; yo no tenía ganas. Prefería que no me tocara.

Me da mucha rabia porque hay gente que te dice: «Estabas con él porque querías, si no haberte ido». ¡Y una porra! A la gente no le entra en la cabeza que una mujer esté atrapada en una relación así, pero yo lo estaba. Estaba anulada como persona. Recuerdo mirarme en el espejo y verme demacrada. Soy una chica menuda, pero con él me quedé en los huesos. Llegué a pesar treinta kilos. Se me caía el pelo a clapas.

Piensa que me rompió tres costillas y fui sola al hospital. Me dislocó la mandíbula y lo mismo. Una noche él y un par de amigos, que iban de coca hasta arriba, me ataron a la cama y casi me violan. Suerte que en el último minuto uno de los colegas se asustó y empezó a gritar: «¡¿Qué estamos haciendo? ¿Qué estamos haciendo?!». Al final me desataron. Fueron cinco años muy chungos.

Te voy a contar un secreto. Antes yo tenía muy poco pecho, pero este animal me rompió tres costillas y cuando logré dejarlo me operé. Porque cada vez que me miraba al espejo me acordaba de él, de las costillas rotas y se me removía mucha mierda. Así que después de ir al psicólogo y hacer terapia durante mucho tiempo decidí operarme. Me dije a mí misma: «¡Esto se ha acabado! A partir de ahora cuando te mires al espejo vas a ver dos tetas de campeonato». Y ahora me miro y digo: «¡Olé mis ovarios!».

¿Cómo conseguí dejarlo? Mira, yo tenía un compañero de trabajo que cada mañana me pasaba a buscar en su coche para ir juntos al curro. Era la única persona que sabía lo que me pasaba. Con mi madre no podía hablar. Mi madre es alcohólica. Nuestros papeles están intercambiados. Siempre la he tenido que cuidar yo a ella cuando tendría que haber sido al revés. Tampoco me atrevía a contárselo a mis amigas; me daba vergüenza. Así que la única persona de confianza que tenía para desahogarme era este compañero de trabajo. Y él siempre me repetía lo mismo: «Tienes que salir de esa casa, tienes que dejar esa relación».

A todo esto, mi novio me había contagiado la tuberculosis. Con lo cual tuve que medicarme y perdí muchísimo peso. Me encontraba fatal, tanto físicamente como

anímicamente. Ahí fue cuando mi compañero de trabajo me convenció para ir al psicólogo. Yo quería salir de aquella relación y sabía que sola no podría. Mi novio no estaba al corriente de que iba, por supuesto. Necesité un año entero de terapia para armarme de valor y poder salir por la puerta. Si no llega a ser por el apoyo de este compañero quizá ahora estaría muerta. Porque si logré salir de esa relación fue gracias a él. Este chico fue mi salvación, pero la cagué y me casé con él. Porque yo no estaba enamorada, solo muy agradecida. Y confusa. Cuando pasas por la mierda que yo he pasado y encuentras a alguien que te trata bien confundes cariño con amor.

Por eso cuando a los tres meses de salir me pidió matrimonio le respondí que sí. Él lo tenía clarísimo, pero es evidente que yo no y lo hice fatal. Lo reconozco. No me porté bien con él. Estuvimos tres años juntos, pero yo enseguida vi que aquella relación no tenía futuro. Mi exmarido es muy buena persona, pero el sexo que teníamos era demasiado romántico para mi gusto. Él es un hombre cariñoso, atento y muy cuidadoso, pero a mí un hombre tan delicado no me pone, qué quieres que te diga. ¡Pobre! Es muy buen chaval, pero a mí me gusta follar. Íbamos juntos a clases de salsa, porque a mí me encanta bailar, y cada vez que veía al profe pensaba: «¡Este sí que te dará caña en la cama!». Me resistí durante un tiempo, pero al final pasó lo que pasó y entonces pedí el divorcio. Ten en cuenta que yo había pasado cinco años muerta en vida. Porque eso es lo que yo era: ¡un muerto viviente! Y cuando me recuperé y empecé a sentirme bien quería vivir la vida. Me supo mal por mi ex porque es una bellísima persona y lo quiero mogollón, pero solo como amigo.

A mí me va el hombre ibérico: cabello moreno, ojos marrones y piel tirando a oscura. Y siempre me fijo en las manos y el culo. La boca también es muy importante, que no les falte ningún diente. En cuanto al carácter, me gustan los hombres con personalidad. Y algo que va contra mis principios, pero que no puedo remediar, es la atracción que siento por los «machos». No me refiero a los hombres que son machistas ni dominantes, sino a los que tienen bien marcada su masculinidad. Los blandengues no me van. Las palabras finas me chirrían. Prefiero que me digan «te voy a meter un pollazo» a que me suelten «eres la flor de mi vida». Las cursilerías me dan risa. Y evidentemente me gustan los hombres que saben escuchar y, sobre todo, los que me hacen reír. Me doy cuenta de que te estoy dando la descripción del hombre ideal. ¿Existirá?

Te voy a confesar algo y sé que voy a parecer un macho ibérico, pero es la verdad: yo necesito sexo a diario. Necesito que me besen, que me toquen, que me penetren. Lo ne-ce-si-to. El sexo me hace sentir de puta madre. Ahora mismo tengo un noviete al que solo puedo ver cada quince días y así voy… Es una putada. Si no fuera porque tengo un hijo… ¡Madre mía, quién me pillara! Sería una locura. Porque a los veinte no sabía una mierda y a los treinta iba de culo. Yo he empezado a disfrutar del sexo al cumplir los cuarenta. Porque ahora me encuentro bien conmigo misma, con mi cuerpo y con mi sexualidad. Ahora sé, sin que nadie me lo diga, qué me gusta y qué no. Ahora no tengo ningún tipo de pudor. Ahora me da igual todo.

Mira, yo nunca he sido mucho de masturbarme, no tenía la necesidad, la verdad. De joven lo hacía poquísimo, pero desde que he descubierto el Satisfyer es un no parar. Se lo compré a mi peluquero un día que quería llevarme un sérum para el

pelo. Me dijo que mirara en los estantes. Tenía los sérums, las lacas, las mascarillas y diez Satisfyer. ¡En una peluquería! No me lo podía creer. Me dijo: «Nena, me lo quitan de las manos». Vendía diez a la semana. Al final me regaló uno. ¡Joder con el aparato! No tienes que hacer nada. Es acojonante. Los orgasmos que me da son una pasada. Nada de lo que te haga un hombre puede igualarlo. Es peligroso porque si lo pruebas, te enganchas, y no puede ser.

He llegado a estar un año y medio sin practicar sexo. Salí de una relación que acabó mal, y se me quitaron las ganas. Además, soy madre soltera. Yo estoy sola y sin ayuda. No lo he tenido fácil. Entre el trabajo y el niño, me queda poco tiempo libre.

Te voy a contar una cosa que me parece muy heavy: la persona con quien más he disfrutado en la cama es el chico con el que estoy saliendo ahora. ¡A los cuarenta y cinco! No digo que no lo haya pasado bien antes, pero como ahora ninguno. Él es muy buen amante, pero creo que se debe, sobre todo, a que ahora yo me encuentro bien. Estoy desinhibida en todos los aspectos y no me da apuro hablar del tema. ¿Así te gusta? ¿Un poco más arriba? ¿Un poco más suave? Ni me da miedo preguntar ni tengo miedo a expresarme.

Actualmente tengo relaciones sexuales un fin de semana sí y otro no, que es cuando quedo con él. ¿Ves la maleta que tengo ahí preparada? Cuando acabe la entrevista me voy para su casa cagando leches. Él tiene custodia compartida y yo tengo a mi nene, así que solo tenemos sexo dos fines de semana al mes. Eso sí, ¡a lo grande!

Al padre de mi hijo lo conozco de toda la vida porque vive en el pueblo donde yo veraneaba de pequeña. Lo conocí a los ocho años, jugando. Después, a los treinta y pico nos enrollamos y me quedé embarazada. Nosotros no teníamos una relación estable, pero yo ya tenía una edad y quería ser madre. «Lo voy a tener. ¿Tú qué quieres hacer?». Me contestó: «Yo también». Pero a la hora de la verdad nada de nada. Acabé yendo a las visitas del ginecólogo sola. Y por si fuera poco tuve un mal embarazo. Nueve meses sintiéndome fatal y un parto aún peor: catorce horas y con complicaciones.

Lo más heavy es que después de nueve meses sin vernos ni saber nada el uno del otro, lo avisé. Quise hacer las cosas bien y me salió el tiro por la culata, porque el pavo estuvo dándome por saco las catorce horas. Al final, tuvieron que echarlo del hospital porque se puso agresivo conmigo. Yo estaba tratando de darle de mamar, pero me costaba, el nene no quería agarrarse al pezón, y él empezó a gritarme: «¡Lo vas a matar de hambre, hostia puta!». Y yo: «Relájate un poco». Y él: «Es mi hijo y digo lo que me sale de los huevos, ¡cojones!». Al final vino el segurata y lo echó. Ese día empezó la guerra.

Hemos estado diez años de lucha. ¿De dónde querías que sacase tiempo para follar? ¡Es tan fácil ser padre si no te haces cargo del niño! Y luego encima los cabrones tienen todos los derechos. Piensa que yo al peque le puse mis dos apellidos y lo crie sola hasta que cumplió seis años. Entonces, un día recibí un burofax. ¿Sabes qué decía? El padre del niño me exigía que le pusiese sus apellidos. Ahora bien, del dinero que me había gastado yo durante todo esos años ni mu. Y para postre el juez me dijo que no podría reclamar la manutención hasta que no le cambiara el apellido

al niño. ¡Qué gilipollas! ¿Acaso al niño lo he concebido yo sola? En fin, le puse su apellido. Entonces el juez dictaminó que el padre tenía derecho a verlo. El pobre niño no lo había visto en su vida y, de repente, lo tenía que llevar cada sábado y cada domingo a un punto de encuentro que estaba a hora y media de camino. El niño se pasaba el trayecto llorando porque no quería ir. Casi dos años estuvimos así. Ahora el padre ha tenido otro bebé y me dice: «Qué poco duermo». ¡Será hijo de puta! Ahora sí que ve lo que llora un niño, lo que caga, lo que come, lo rápido que se le queda pequeña la ropa…, ahora sí.

Ten en cuenta que hasta hace un par de años el nene no ha empezado a quedarse en su casa los dos fines de semana al mes que le tocan. Me he pasado ocho años yendo del trabajo a casa y de casa al trabajo. Además, ya te he dicho que mi madre es alcohólica. No solo no me ayuda, sino que además me da faena. De todo lo del niño me he encargado yo sola. Y cuando estás criando sola no te queda tiempo para nada. De los treinta a los cuarenta pasé una época muy complicada. Bonita, porque mi hijo lo es todo para mí, pero muy dura.

Te voy a decir una cosa que, como mujer, queda muy fea y está mal vista, pero me suda las pelotas: llego a saber el percal que me espera y no lo tengo. Es que además de madre soy mujer, ¿entiendes? Y las dos partes son importantes. Si no estás bien como mujer no puedes dar el cien por cien como madre. Hay que tener equilibrio en la vida. Los primeros años de maternidad los pasé muy amargada. Tener un hijo afectó a mi sexualidad de un modo que no pensaba: se esfumó. Durante el embarazo estaba cachonda perdida, pero no tenía pareja: una putada. Y después estaba sola con el niño, así que no tuve sexo durante mucho tiempo.

En mi situación, compaginar la crianza con una relación de pareja es muy complicado. Y como, además, yo no soy de polvo ligero aún lo tenía más difícil. Solo podía tirar de conocidos. O me liaba con alguien del trabajo o con alguien del barrio. Era la única opción. En los últimos diez años solo he tenido un par de relaciones. ¡Dos hombres en diez años! Una mierda. Las madres solteras lo tenemos crudo.

Gracias a Dios ahora he recuperado mi espacio y aunque sea poco tiempo me lo puedo dedicar a mí; lo necesitaba. Pero mi novio actual también tiene tela. Si la cosa no mejora se me van a hinchar las pelotas. El tío es raro de cojones. Porque me da un sexo de puta madre, que si no… Entre el gimnasio, sus amigos, sus historias y sus hijos apenas le queda tiempo para mí. Yo soy una persona cariñosa, tocona. Necesito escuchar su voz, explicarle que he tenido un día de mierda o compartir una buena noticia. Y a él esto le parece demasiado compromiso. Por eso me da que aquí hay algo que no va a funcionar. Aun así he decidido intentarlo.

Lo conocí en Meetic. Me lo aconsejó una amiga. Según ella, Tinder es para follar y Meetic para relaciones serias. Pensé: «Voy a probar». Creé un perfil, subí la primera foto que encontré y escribí una descripción que más que atraer a posibles candidatos los espantaba. «Tengo un hijo de diez años. Si no te gustan los niños, déjame en paz. Si lo que quieres es follar, olvídate de mi cara». En cuanto lo subí pensé: «Si me escribe alguien, bendito sea, porque marketing poco». ¡No imaginas cuántos pavos me escribieron! Al final me lo desinstalé. Estaba hasta los ovarios de los tíos y de sus mensajes. Era un no parar. Y eso que soy una rancia de cojones.

Hubo uno que no paraba de escribirme. Yo pasaba de su cara, ni le contestaba.

Pues no va el tío y me manda una foto en bolas con una toalla minúscula tapando su chirula. Flipé. Ni le contesté. Al cabo de unos días me manda otra, y en esta sí que se le veía todo. «Para de mandarme estas fotos. Conmigo así no vas bien», le escribí. «Como no me contestabas», respondió. Ahora te contestaré menos, chaval. Tengo más fotos de este pavo desnudo que de mi novio. De verdad que no sé en qué piensan los hombres cuando te mandan estas fotos. ¿A alguna mujer le gustan?

Tengo cuarenta y cinco años y el primer chico que me ha preguntado qué me gusta en la cama ha sido mi novio actual. Los demás iban a lo suyo, y la mayoría se corrían ellos primero. Te quedas con ganas de decirles: «¿Ya estamos? ¿Y ahora qué?». Él ha sido el único con quien hemos hablado del tema, y eso me gusta. A él no le importa quedarse sin orgasmo si me ve disfrutar. Mi placer está por encima del suyo. Además, siempre me pregunta mucho. ¿Así o asá? ¿Más lento o más rápido? ¿Prefieres que te toque o que te lo coma? Tenemos mucha comunicación y mucha química. Con él no he tenido que fingir.

A mí, en la cama, me gusta que me digan que soy guapa, que tengo un cuerpo bonito, que me halaguen, vaya. Si me llaman «guarra» o «puta» soy capaz de contestarles «tu puta madre». No soporto que me insulten. Y algo que me da mucho asco es que me babeen la cara, el cuello, las orejas. ¿Quién les ha enseñado eso? Y las tetas que me las dejen tranquilas. No me gusta que me las manoseen ni que me chupen los pezones. Es más, me molesta. Prefiero que se centren en los bajos. Y los morreos me flipan. Si me dan un buen morreo estoy lubricada para toda la noche. El sexo anal me gusta, pero si no hay no lo echo en falta. A los hombres es lo que más les gusta. A veces pienso: «Vete con un gay, chico». No sé si les excita porque están en una posición de dominación o porque el agujero es más estrecho. Pero sea por el motivo que sea, para ellos el sexo anal es la hostia en vinagreta. A mí hay pocas cosas que me echen para atrás, pero con lo que no puedo es con las pollas peludas. Los pelos largos me dan asco. No pido que se hagan un depilado integral, pero al menos que se lo arreglen, como lo hago yo.

Es curioso porque en el sexo no dejas nunca de evolucionar. Hasta hace poco era incapaz de follar con un tío mirándole a la cara. Me costaba horrores. No me atrevía. Ahora sí. Y aún me cuesta expresar verbalmente según qué cosas, me da corte. Debería practicarlo más. Y aunque la penetración me gusta mucho, disfruto más con todo el juego previo: los besos, un masaje, las caricias, las palabras subidas de tono…

Te voy a contar mi polvo ideal: el que eché con mi novio el último fin de semana que estuvimos juntos. Fue fantástico. Porque hablamos mucho, follamos a lo guarro y no hubo barreras entre nosotros. Empezamos a las diez de la noche y terminamos a las cinco de la madrugada. Nos duchamos juntos, follamos un rato, nos tumbamos en la cama, hablamos un montón, nos acariciamos y volvimos a follar. Gastamos dos botes de lubricante. Las habitación olía a sexo y tuvimos que cambiar las sábanas un par de veces; fue un escándalo. Se nos pasaron las horas como si nada. Al final me dolía todo el cuerpo.

Yo quiero un Grey en mi vida. Las feministas lo tachan de dominador, pero yo he visto las tres películas y lo único que hace el tío es darle placer a ella, todo el rato. Le come el coño, le pone las bolas… De hecho, un día le dije a mi novio: «Quiero que me ates a la cama y me vendes los ojos». No sé por qué, pero este tipo de sexo me

llama la atención. Me encantaría tener una habitación como la que sale en la película. Me imagino ahí colgada y a mi novio dándome con el látigo. Flojito, pero sensual. Esto no duele. Hace veinte años no se me hubiera ocurrido. Ahora, en cambio, con cuarenta me pica la curiosidad. Este fin de semana iremos a un *sex shop*. Él escogerá dos cosas y yo dos más. No sé qué compraré, no soy muy conocedora del tema, pero la idea de jugar me atrae. A mí no me ha disminuido la libido con la edad, al contrario, cada vez estoy más perra. Y me gustaría pensar que dentro de diez años seguiré igual o mejor. Al menos, esa es mi intención. Seguir experimentando, innovando y probar todo lo que pueda.

Dicho esto: yo quiero compartir la vida con otra persona. Echar un polvo está muy bien, pero también mola ver una peli acurrucados en el sofá. Yo, además del sexo, necesito otras cosas, sobre todo, cariño. ¿Sabes qué pasa? Al ser madre soltera he sufrido mucho la soledad; tenía que cuidar de mi hijo.

El problema es que todos los pavos son unos vendemotos. Cuando mi novio me escribió a través de Meetic me dijo que buscaba una relación seria y ahora, en cambio, me suelta que es muy independiente. Sus palabras exactas fueron: «Soy muy felino». A ver, ¿en qué quedamos? Anda y vete a la mierda. Cuídame un poco, joder, que yo me lo curro. Yo le mando mensajes con emoticonos de corazones, le digo que tengo ganas de verlo, le mando alguna foto picante. Y él solo escribe: «Buenas noches». No quiero mendigar amor. Ayer mismo se lo dije. Te voy a leer el mensaje que me ha escrito:

> Ya te he dicho que soy muy independiente. A mis hijos, que son lo que más quiero en el mundo, puedo estar una semana sin verlos ni mandarles un mensaje, y estoy fenomenal. Tú quieres enviarme veinte mensajes cada día, hazlo. Yo no voy a ese ritmo. De hecho, me incomoda. Porque me pones en la obligación de responderte. Espero que no te enfades. Me gusta estar contigo. Los días que pasamos juntos hablan por sí solos. No le des más vueltas.

¿En serio? Río por no llorar. Lo nuestro está empezando. Ahora es cuando tendría que tener más ganas de verme, de decirme cosas bonitas, ¿y me escribe esto? No le veo mucho futuro. Y eso que en la cama no he visto nada igual, pero si no cambia me acabaré hartando. Porque a mí pasarnos el fin de semana follando y luego estar quince días sin saber uno del otro se me hace raro, la verdad. Y después, cuando llego a su casa me dice: «Cuéntame». ¿Qué voy a contarte? ¿Dos semanas de mi vida? ¡No me han pasado cosas en quince días! Entiendo que sea independiente, pero hay que tener jeta.

Me da que los hombres solo buscan una tía que se lo monte bien en la cama, pero que no les moleste con llamadas ni mensajes para así poder hacer lo que les salga de la polla. ¿Y sabes qué te digo? No voy a ser yo. Mi día a día es muy monótono. Entre mis movidas familiares y el trabajo, mi vida es muy aburrida. Por eso, si empiezo una relación, no quiero medias tintas. Sinceramente, pienso que merezco un hombre que me dé lo que yo doy.

Tengo muchas ganas de tener una relación estable. Muchas chicas no quieren, pero yo sí. Me gustaría tener a un compañero, alguien con quien compartir mi día a día. Perdona. Esta semana estoy muy llorica. Me fustigo demasiado. Hacía mucho tiempo

que no me pillaba así por un hombre y esto me remueve por dentro. Me estoy volviendo loca. Cuando estamos juntos me dice cosas muy bonitas. Por eso no entiendo que después sea incapaz de mandarme un simple mensaje. Soy tan facilona. A mí me escribes: «Buenos días, bonita» y se me cae el coño al suelo. Pero él solo me dice: «Hola, Gloria».

EDURNE

43 años, divorciada, una hija

«Mi marido era la persona en quien más confiaba
y, al mismo tiempo, quien me hacía sentir
la peor de las mujeres».

Perdí la virginidad tarde, no miento: a los diecisiete años. Porque quería hacerlo bien, quería estar enamorada. Al día siguiente estaba sacando los platos del lavavajillas y mi madre me soltó: «Tú lo has hecho». Le pregunté cómo lo sabía. «Nena, se te nota en la cara». Entonces se sentó y me dio una charla. «Nada de hacer marcha atrás, que yo me quedé embarazada así dos veces. Sobre todo, condón, que luego es una movida y no lo digo solo por el embarazo, hay muchas enfermedades».

Después me dio *El informe Hite*. Un libro viejísimo, hecho en los Estados Unidos, que trata acerca de la masturbación y el placer femenino. Al entregármelo hizo mucho hincapié en el tema del orgasmo, no paraba de repetirme: «Hija, no te olvides de ti, no te olvides de ti». Supongo que su sexualidad no había sido plena y quería evitar que a mí me sucediera lo mismo. ¿Qué pasó? Que a los cuarenta tuvo un amante. Me lo confesó ella misma. Me dijo que aún se sentía joven, que mi hermano y yo ya estábamos criados y que tenía ganas de disfrutar de su sexualidad. Yo, al igual que mi madre, también he tenido dos sexualidades: la primera empezó en la adolescencia y duró toda mi juventud. La segunda la descubrí a raíz de separarme, a los treinta y cinco, y ha supuesto mi reflorecimiento sexual.

Conocí a mi marido a los veintiún años. Estuvimos trece años juntos, así que gran parte de mi vida adulta solo tuve relaciones sexuales con él. ¿Teníamos buen sexo? Si lo miro con mis ojos de ahora, evidentemente no, pero en ese momento estaba contenta y feliz. Nunca me quejé ni me planteé que pudiera haber otro tipo de sexo, hasta el final. Porque llegó un momento en que empecé a tener ciertas inquietudes en este terreno y, fiel a mi carácter, enseguida se las comuniqué a mi marido. Pero me encontré con un muro.

Siempre me etiqueté como el hombre de la relación. Ahora lo pienso y no me gusta esta etiqueta, pero es que siempre era yo quien tenía ganas de sexo y él quien me rechazaba. Me compraba lencería, reservaba una noche de hotel para los dos solos, les pedía a mis padres que se quedaran a la niña para salir a cenar juntos, me metía en la ducha cuando él estaba dentro, ponía porno, le explicaba que estaba leyendo *Cincuenta sombras de Grey* con la intención de animarlo, y sus respuestas siempre eran: «Ahora no toca, no me interesa, no me apetece». Al final del matrimonio, me sentía muy frustrada. Estaba aburrida de hacer siempre lo mismo, con la misma postura y todo repetido en plan mecánico.

Le propuse comprar un vibrador para que jugásemos los dos, le propuse ir juntos a

un *sex shop*, le propuse hacer sexo anal. No hubo manera de convencerlo. Tengo carácter, pero insinuarte a tu marido y que él responda «vete», duele. Mi marido era la persona en quien más confiaba y, al mismo tiempo, quien me hacía sentir la peor de las mujeres. Hasta que un día le dije: «Si no lo hago contigo, al final lo haré con otro». Reaccionó como el típico chulo y fue justo su reacción la que provocó que mi cabeza hiciera un clic. El sexo no es lo más importante en una relación, pero es muy importante, y obviamente pasó lo que tenía que pasar. Salí una noche, conocí a alguien y acabamos en la cama. Fue el principio del fin.

A veces, aunque estés emparejado, las etapas de la vida te afectan de distinto modo: los hijos, el trabajo, los amigos. Fue justo lo que nos ocurrió a nosotros. Yo tenía treinta y pocos y estaba pasando por una época de esplendor. Me sentía joven, guapetona, tenía muchas amistades y una gran vida social. En cambio, en casa estaba más aburrida que una ostra porque, con los años, mi marido se había ido apalancando y encerrando en sí mismo. Él no me miraba con deseo. Él solo veía a la madre de su hija y a la persona con quien iba a envejecer. Fue una época durísima, casi dos años de lucha interior conmigo misma. Al final, cuando nos divorciamos, la frase que más repetía la gente era: «¿Pero por qué? Sois la pareja perfecta». Obviamente no lo éramos.

Meses antes de separarme conocí a un chico, y con él hice todo lo que tenía ganas de hacer, también cosas que jamás hubiera imaginado. Vibradores y sexo anal, para empezar. Después, llenamos todos los agujeros de nuestro cuerpo con todos los objetos que se nos ocurrieron y probamos todos los juguetes sexuales habidos y por haber. También, la lluvia dorada, el *fisting* y el *squirting*. Lo nuestro fue un proceso de aprendizaje conjunto.

Este chico era de fuera, venía a Barcelona por trabajo y nos encontrábamos en su hotel. Yo me subía al taxi para ir a verlo vestida con una falda y sin bragas. De camino le mandaba una foto y le escribía «viniendo». Me he convertido en una experta del show. Para mí el sexo no es solo un polvo. A mí lo que me gusta es el ritual de seducción, despertar el deseo en el otro y alimentar el mío propio. A mí una relación sexual satisfactoria me alimenta semanas, incluso meses. Está el «previo»: días, semanas, un mes entero fantaseando con el próximo encuentro, diciéndote lo que vas a hacer; esta fase me pone supercachonda. Luego viene el «durante», que es la bomba. Y para terminar, el «después» que tengo que masturbarme tres veces al día solo de recordarlo.

Con este chico me inicié en el sexo duro y descubrí que soy más sumisa que dominante. Me gusta más recibir que dar. Además, soy muy bestia, mi límite de dolor es más alto que la media. Los pezones son una zona del cuerpo muy sensible y a mí me salían unos moratones que a él le daban miedo. A veces me preguntaba: «¿De verdad que no te duele?». Otras, directamente se plantaba. Le daba pavor tener que llevarme a urgencias. De hecho, en una ocasión, estábamos en plena faena y escuchamos «crac». Aquel día acabé en el hospital por una rotura fibrilar.

También fuimos juntos a un *sex shop* y compramos un kit con varios juguetes: una cinta para atar similar al precinto, que puedes reutilizar y recomiendo mucho, un antifaz, un látigo, una pala de madera para dar cachetes en el culo y una bola para la boca. La bola te da una sensación de agobio que es muy excitante. Además babeas

mucho, y a mí los fluidos me van. El único inconveniente es que no puedes hablar. No soy fetichista, todos estos juguetes los tengo por simple diversión, lo que me va es el juego psicológico. Los objetos por sí solos no me dicen nada, los puedo usar como un complemento, pero chupar un tacón o clavárselo al otro en la espalda no me pone.

A mí me gusta que me agarren del pelo y que me digan guarradas. Me encanta el olor a sexo, a sudor, el semen, la baba seca, el pis, el olor a culo; no tengo problema con los olores corporales, pero una vez estuve con un chico que desprendía un tufo hediondo y me entraron náuseas. No sabía qué hacer. Lo pasé fatal. Al final le pedí que se marchara. Aparte de esto no hay nada que me moleste. Nunca me han cagado encima, pero creo que si un día llegara a pasar me reiría. ¡Por probar que no quede! Incluso he llegado a vomitar practicando sexo. Me gusta comer polla hasta el final y cuando hago una mamada las arcadas son habituales, pero un día con este chico vomité. «¿Estás bien?», me preguntaba él mientras lo limpiaba. Después empezó a darme besitos. «Nos hemos pasado, peque —decía al mismo tiempo que me hacía cariñitos—, es que eres una bruta». El olor a vómito es desagradable, pero ¿sabes qué? Lo limpiamos, nos duchamos, me lavé los dientes y seguimos a lo nuestro.

Durante el tiempo que estuvimos juntos probamos todo lo que se nos ocurrió, incluido los clubs de *swingers*. La gente que desconoce este mundillo no lo entiende, pero el intercambio de parejas es algo de dos.Uno puede estar aquí y el otro allí, pero en el fondo estamos siempre pendientes el uno del otro, los dos conectados. A mí no me importaba tanto el chico al que le estaba comiendo la polla como él. Quería que él me viese, eso es lo que me ponía a cien.

A un lugar así hay que ir con la mente abierta. Si pretendes hacer la prueba del algodón mejor no vayas porque esas colchonetas…, ya me entiendes. Siempre que he ido me lo he pasado genial. Fui con este chico, también con un grupo de amigas y en una ocasión con mi vecina. Nunca he ido con la intención de follar. De hecho, jamás lo he hecho con un extraño y jamás me he corrido. A mí me atrae la experiencia de probar algo nuevo con mi pareja, ponerme un picardías, unos tacones, pasearme por el local, ver gente haciéndolo o hacerlo yo con gente alrededor. En un club te lo pasas bien, pero lo realmente bueno viene después, cuando los dos lo recordáis y lo recreáis. Todo lo que se ha estado calentando a fuego lento en el club explota cuando llegáis a casa.

Antes de ir, nosotros lo hablamos mucho, pusimos normas y establecimos límites. Y te diré una cosa: compartir experiencias de este tipo, digamos poco convencionales, crea un vínculo muy fuerte con tu pareja. No solo es excitante, es una demostración de confianza mutua que pocas parejas tienen.

Cuando tienes veinte años estas cosas ni se te ocurren, yo a esa edad estaba más preocupada por el amor, por complacer al otro, por quedar bien. Ahora, con cuarenta, solo tengo fuerza para echar un polvo, pero ese polvo es espectacular.

Ahora mismo, tengo una pareja de amigos y cuando quedamos los tres saltan chispas. Nos hemos liado varias veces, pero nunca hemos llegado al final. La última vez que nos vimos pusimos el tema encima de la mesa. «¿Cuándo follamos? ¿Nos pillamos un hotel, decimos que estamos en un retiro espiritual o probando la ayahuasca y nos vamos a follar?». El sexo es sexo, y luego tan amigos.

Hay gente que no lo entiende y te tacha de viciosa. Luego están los que te reprenden. ¿No te da miedo perder a tu pareja haciendo un trío? No comprenden que mi pareja se puede ir con otra persona en cualquier momento, igual que yo. Me niego a esconder mi sexualidad porque no considero que esté haciendo nada malo. También hay algunos que creen que la gente como yo, más sexuales y libres, somos personas a las que nos falta «algo». Piensan que si buscamos experiencias nuevas es porque no estamos satisfechos con la pareja que tenemos o con el sexo que practicamos, cosa que es completamente errónea.

Yo siempre les digo lo mismo: a mí me encantan las albóndigas y me encantan los huevos fritos, pero también me gusta ir a restaurantes con un menú degustación de diez platos. Una cosa no tiene que ver con la otra. No comeré menú degustación cada puñetero día, pero de vez en cuando me apetece. Además, me lo puedo permitir. No tengo que darle explicaciones a nadie. Es mi dinero y me lo gasto como me da la gana. Punto. Y no te preocupes que yo en casa como muy bien. Tengo mis recetas y cuido mi dieta. Un día como brócoli y al siguiente pasta o bistec.

Soy feminista, y cada día más. No me dejo pisotear por nadie. Eso no quita que en la cama me guste que me sodomicen, me escupan y me aten al cabezal, y no por ello me considero una mujer sometida. Esto no es más que un juego de roles consensuado por ambas partes, hecho desde el respeto, y que tan solo dura lo que dura la sesión de sexo. Además, este tipo de prácticas no las haces con cualquiera, solo con una persona con quien tienes mucha confianza. En cambio, más de una vez he invitado a un chico a irse de mi casa porque ha tenido comportamientos que no me han gustado. Recuerdo a uno que se negaba a ponerse el preservativo. «Tienes dos opciones —le dije—, o me haces una paja o te pones el condón». El chaval creía que le estaba vacilando, así que lo acompañé a la puerta.

Otro tema que tengo clarísimo es mi orgasmo. Yo acostumbro a correrme primero, tengo esa facilidad. Después seguimos follando o le hago una mamada o lo que él quiera. No porque me haya corrido voy a desentenderme del otro. Ahora bien, si por lo que sea sucede al revés y es él quien se corre primero se lo digo bien clarito. «No hemos acabado. ¿Qué vas a hacerme? ¿Me lo comes? ¿Me tocas? ¿Qué te apetece? Porque yo me voy a correr». Más de una vez he sacado el vibrador. Si veo que el tío no tiene gracia ninguna le doy el cacharro y listo. No me corto un pelo. Pido lo que quiero y si algo no me gusta lo digo, siempre de buen rollo y con humor.

Sé que ser tan explícita no es propio de las mujeres, pero a mi edad tonterías las justas. A mí me gustan las personas que saben expresar sus deseos y sus necesidades sin miedo. La gente encerrada en sí misma no me va, quizá porque mi exmarido era así. Me da la sensación de que este tipo de hombres tienen asuntos pendientes por solucionar, y yo no tengo ganas de ser ni su salvadora ni su madre ni su terapeuta. Yo quiero ser su pareja y les apoyaré en lo que necesiten, pero las mierdas personales que se las arregle cada uno. Esto es algo que ha ido cambiado con los años. A los veinte me atraían los guapos, los malotes, los torturados; quería conseguir el premio. Creo que a todas las chicas nos pasaba un poco igual, era una especie de reto. Ahora prefiero los hombres normales, que están bien con ellos mismos y con su vida. Obviamente, estos hombres están emparejados.

Tener un sexo espectacular con alguien a quien acabas de conocer es dificilísimo, y

sobre todo hacer según que prácticas, pero a veces pasa. A través de Tinder conocí a un treintañero de Cádiz majísimo y con una mentalidad muy libre, y con él me lo he pasado superbién en la cama. Enseguida vi que le iba el mismo rollo agresivo que a mí, y me dejé llevar. Desde el primer día practicamos un sexo duro y violento. Con otra persona no me hubiera atrevido, pero con él supe que podía. Él y yo hablábamos el mismo lenguaje. Este chico sabía lo que hacía. Me pegaba sin hacerme daño, me cogía del pelo, pero en la justa medida, y me agarraba del cuello, fuerte pero con cuidado. Este chico tenía experiencia y nos entendimos a la perfección. Yo no estaba enamorada, pero disfrutaba mucho follando con él.

Una vez que vino a Barcelona, me llamó y me dijo: «Vamos a follar». Así, tal cual. Entonces yo tenía pareja. Y ya sabía que a mi novio no le hacían gracia los tríos con otro hombre, porque lo primero que hago es tantear a los chicos con los que salgo y cuando a él se lo planteé me dijo que ni hablar. En fin. Cuando volví a estar soltera lo llamé, pero él estaba en Dinamarca. «Me acabo de mudar. No conozco a nadie. Hace mucho frío. Ojalá estuvieras aquí. Nos pasaríamos el día follando como locos». Cogí un billete para ir a verlo. Antes llamé a mi madre para decirle adónde iba y con quién. También le di su teléfono, su Instagram y la dirección de su casa. Es un chaval monísimo, todo sea dicho. Vino a recogerme al aeropuerto, me preparó el desayuno, me llevó a conocer la ciudad. Con este chico tenía una relación sexual y de amistad. Y eso es lo que me gusta, poder hablar claro. «Vamos a bebernos tres Jägers y a pasarnos la noche follando, que es lo que me apetece y a ti también, pero luego, por la mañana, antes de empezar otra vez, hagamos un rato la cucharita, hablemos y riámonos». Y así fue.

Hablar es superimportante porque cada persona es distinta. A mí me gusta comerme un rabo hasta el fondo. En cambio, a otra chica se la metes hasta la garganta y puedes traumatizarla. Si no preguntas, no lo sabes. Yo si estoy cachonda lo digo. «Oye, córrete en mi cara». Las mujeres hemos de decir lo que nos gusta. Y preguntarles a ellos, también. Con respeto se puede hablar de todo. Yo si le digo a un tío que me muerda el pezón veo enseguida, por su reacción, si le gusta o no. Hay chicos a los que se les enciende la mirada y otros que se atoran porque se asustan. Yo intento tranquilizarlos, decirles que me flipa, que mi pezón es de hierro, pero si veo que no les va el rollo no insisto. Este tipo de sexo no es para todo el mundo, te tiene que gustar.

Otra cosa que me encanta es follarme a los tíos por el culo. Tengo vibradores, y también un cinturón, pero te juro que aunque solo fuera por un día me gustaría tener polla. La sensación de ser yo quien me los follo hace que me sienta poderosa. Veo su cara de placer, como están ahí a mi merced, totalmente dispuestos, dame más. El primer chico con el que lo hice, justo después de separarme, no lo había probado, pero se moría de ganas. Los dos queríamos explorar este agujero y nos iniciamos a la par. Primero empezamos con los dedos, luego con la boca y finalmente con la penetración. Él me lo hacía a mí y yo a él. Siempre fue mutuo, y muy despacio. ¿Va bien? ¿Te gusta? Sí. Más. Sigue, sigue. Uy, cuidado. Yo, con las uñas siempre cortas. Porque hasta que él no me lo dijo yo no sabía que las uñas largas podían hacer daño, son cosas que aprendes poco a poco. El ano es una zona muy delicada. Al final, decidimos ir a un *sex shop* y comprar una polla de plástico porque yo quería

follármelo pero bien. La escogió él, y fue de puta madre. No ha sido el único. Te voy a decir una cosa: cuando los hombres descubren el placer que les da el culo no hay nada más.

El tema caca no me importa. Siempre puedes hacerte una lavativa. Yo cuando preveo que voy a tener una sesión larga de sexo anal me la hago. A veces me la han hecho ellos. Me gusta que mi pareja me siente en el bidé y me lave el culo con cariño antes de follármelo. Me parece de lo más tierno. Y no es por higiene porque yo he follado en un Poli Klyn del Primavera Sound, borrachos los dos, a las seis de la mañana, con todos los papeles de váter por el suelo, el olor a pis y él dándome por el culo con la puerta medio abierta; en ese momento me da igual todo. Nunca me han cagado encima a propósito, pero si estás follando y sale mierda, ¿qué le vas a hacer?

Estos momentos de vulnerabilidad conjunta unen mucho. Despertarte por la mañana, abrir un ojo y ver el pegote en el suelo es gracioso. Lo mismo, cuando tienes la regla. Al día siguiente te levantas y te encuentras las paredes de casa como si fueran el escenario de *La matanza de Texas*, con huellas por todas partes. ¿Y no es cachondo ver la cara del tío después de comerte el coño? Parece el conde Drácula. Lo mismo cuando intentas mearte encima del otro y no te sale el pis. Es supernormal estar ahí apretando, venga, venga y que no puedas mear. Si no te ríes con estas cosas es que no tienes sentido del humor.

Me gusta el porno y veo mucho, sobre todo cuando quiero masturbarme. Pongo de todo, pero me flipa especialmente el porno gay. Yo necesito ver pollas. Además, me excita ver las caras de los tíos. Me da mucha rabia cuando en el porno convencional solo se ve la cara de la mujer. Yo quiero ver su cara de satisfacción, quiero ver cuando el hombre se corre. Y en el porno gay salen las caras de los hombres. Por eso me gusta.

Hace tiempo que tengo la fantasía de hacer un trío con dos chicos. Me gustaría que me follaran y comer polla al mismo tiempo. Pero, sobre todo, me encantaría que los tíos fueran bisexuales y que follaran entre ellos. Tengo otras fantasías donde entran en juego personas prohibidas, como podría ser hacérmelo con el amigo de mi novio, un compañero de trabajo o hacer un bukkake con los colegas de mi pareja.

Las fantasías han formado parte de mi sexualidad desde siempre, y las comparto con mis parejas. Había uno que me decía: «Estás fatal», y yo le respondía: «No me hagas sentir culpable por algo que no es malo». Las fantasías son fantasías y para eso están. Si cuando estoy en la cama con una persona de confianza no puedo dejarlas salir, ya me dirás cuándo. Por ejemplo, a alguno le he dicho: «Cógeme fuerte y haz como que me violas, yo voy a hacer que no quiero». Esto no significa que quiera que me violen, para nada. Es un juego, algo que me excita y ya. Comprendo que haya gente que no lo entienda, pero en la cama quiero ser libre y poder expresarme sin miedos ni tabúes.

¿Sabes qué ocurre? Soy muy consciente de que mi cuerpo se está marchitando. Me voy a convertir en una pasa arrugada en menos que canta un gallo, y tengo mucho miedo. Envejecer no es lo único que me preocupa, eso lo llevo más o menos bien. Lo que me da pavor es que me disminuya la libido, no lubricar, que se me retire la regla y ponerme como una foca. Para mí el sexo es una parte importante de la vida. ¿Qué ocurrirá cuando esta parte desaparezca? Un hombre de cincuenta años es un

madurito atractivo, pero una mujer de cincuenta es un ser invisible. Dudo mucho que cuando sea una cincuentona un veinteañero quiera follar conmigo, y el de mi edad preferirá a una jovencita. Entonces, ¿qué pasará conmigo?

Supongo que a las feministas no les gustará lo que voy a decir, pero te lo digo de corazón. Yo, para sentirme bien y sobre todo para sentirme sexualmente activa, necesito ver que despierto deseo en el otro. Necesito ese *feedback*, ya sea una mirada o un comentario. ¿Seguirá siendo así cuando tenga cincuenta años? Espero que sí. Somos una generación distinta, los cincuenta de ahora no son como los de antes. OK. ¿Y a los sesenta? Porque está claro que este momento llegará, pronto o tarde, pero llegará. Habrá un momento en que no tendremos ni el mismo cuerpo ni la misma cara ni la misma energía de ahora, y lo más probable es que la sociedad nos dé de lado. Lo he visto. Le ha pasado a mi madre. La vida son dos días y no sabemos si mañana estaremos aquí, así que hay que aprovechar al máximo.

Siempre he disfrutado de mi sexualidad, pero con los años el sexo que tengo ha ido cambiando porque cada edad tiene lo suyo. Al principio todo era nuevo y estaba la curiosidad por descubrirlo. Después llegó la rutina. Durante los años de crianza la estabilidad me aportaba paz. Luego vino la experimentación. Y ahora estoy en fase de introspección. Sexo conmigo misma, a todas horas y muy satisfactorio. Siempre me he masturbado mucho. Me pillaba el calentón y me tocaba, estuviera donde estuviese. Me he masturbado incluso en el lavabo del trabajo. No creo que haya un sexo aburrido, sino gente aburrida. Si tú quieres rutina, tendrás rutina, y si quieres aventura, tendrás aventura. El sexo será como tú quieres que sea.

¿Sabes qué me pasó después de separarme de mi primer amante, el chico del sexo duro? Me follaba todo lo que se moviera y, claro, acabé en terapia. Mi problema era que no sabía estar sola. Pasé de estar con mi exmarido, con el que tuve una relación de trece años, a estar con él. Y cuando lo dejamos me quedé sin nadie que me hiciera caso y yo necesitaba a alguien pendiente de mí todo el día. La manera de conseguirlo era gustar. No podía pasar una semana sin follar. Porque en realidad yo no buscaba echar un polvo, buscaba que me quisieran. Y como soy una persona tan sexual, la seducción era mi arma. Ahora, en cambio, llevo cuatro meses sin hacerlo y estoy estupendamente. Ya sé que gusto a los hombres, no tengo que demostrarlo a cada rato.

Además, a mí no me vale cualquier hombre. Una cosa es un polvo de una noche, pero en cuanto a tener pareja mis exigencias están claras y por debajo de ellas no acepto nada. Por eso mismo sé que es improbable que encuentre una. Primero, porque me gusta estar sola: soy una mujer autosuficiente e independiente, tanto emocionalmente como económicamente. Y después, porque tengo una hija adolescente. Yo lo que quiero es alguien con quien compartir mi tiempo libre: ir a cenar, al cine, salir de fin de semana…, pero cada uno en su casa. Los americanos lo llaman *Living Apart Together.* Para mí es la relación ideal.

DAFNE

39 años, casada, un hijo

«El sexo es muy mental: solo fluye cuando dejas de comerte la cabeza. Y los hombres van de duros, pero a la hora de la verdad son muy inseguros los puñeteros. También son bastante vagos».

Mi sexualidad ha sido atípica. Siempre me ha gustado experimentar y me conozco muy bien. A los siete añitos me frotaba el pubis con las bolas de madera pulida de la cama de mis padres. Cuando crecí pensé en coger una zanahoria de la nevera, ponerle un condón, y usarla para masturbarme. Perdí la virginidad a los trece años con un hombre diez años mayor y recién cumplidos los dieciocho, empecé a trabajar de prostituta.

En mi país, mis padres tenían muy buena posición económica, pero luego se arruinaron y todo cambió. Estaba en esa edad en que quieres verte mona y comprarte ropa de marca, gafas de sol de marca, zapatillas de marca… Entonces, una compañera del colegio me comentó que había empezado a hacer este trabajo. «¿Pero cómo puedes hacer eso?», le reproché. No imaginas la charla moral que le solté.

Yo venía de un colegio católico y aquello me parecía fatal. Además, mi madre hablaba pestes de las prostitutas porque mi padre era un putero. Y así fueron pasando los días. Pero yo trabajaba en una empresa por cuatro duros mientras que mi amiga ganaba en un solo día la plata que yo me sacaba en un mes. Los ojos me hacían chiribitas y, al final, me animé a probar. Antes de trabajar como prostituta relacionaba este mundo con la delincuencia, la violencia y las drogas. Sin embargo, una vez dentro cambió mi percepción. Todas mis compañeras eran chicas de lo más normales, con sus vidas y sus problemas, igual que yo.

Mi primer cliente fue un hombre de treinta y pico que quería un francés. La encargada me llamó por mi nombre artístico y me mandó a la habitación con él. Fui temblando. Una vez dentro me arrodillé, pero al intentar hacerle la felación comencé a llorar sin parar. Él me preguntó que qué me pasaba. «Es mi primera vez», contesté entre sollozos. Fue una escena de lo más surrealista. Creo que él alucinó, pero estuvo muy comprensivo y respetuoso conmigo. Por eso no la recuerdo como una experiencia traumática. Pensé: «Me pagan para hacer esto, y encima el chico está bastante bien». Los primeros clientes que tuve fueron todos hombres educados, que vestían traje y olían bien. Sus temas de conversación eran interesantes y gracias a ellos aprendí muchas cosas. Así que me dije: «Nena, relájate e intenta disfrutar».

En un piso de sexo *low cost* se ofrece sexo barato y rápido. Los servicios duran diez minutos. En un día de muchísimo trabajo, podía llegar a tener treinta clientes: electricistas, comerciales, panaderos, transportistas. Pim pam. Ni siquiera me quitaba

la ropa. La mitad de lo que ganaba era para los dueños del piso porque ellos son los que corrían con los gastos del alquiler, la luz, el agua, el teléfono, la limpieza y los anuncios. En este piso trabajé solo unos meses. Hasta que me enamoré de un cliente veinticinco años mayor. Le llamaré P. P acababa de montar un piso en Barcelona y me propuso venirme a España con él. Ahí trabajaba de nueve de la mañana a nueve de la noche, todos los días de la semana. Durante tres meses solo trabajaba, trabajaba y trabajaba. Los siguientes tres meses me iba a mi país y vivía como una reina.

Estuve cuatro años viviendo a caballo entre España y mi país. P y yo quedamos que nos repartiríamos las ganancias al cincuenta por ciento. La realidad es que él me regalaba los oídos y yo me mataba a trabajar. Si él me hubiera querido de verdad me habría puesto de encargada, a contestar el teléfono y a cobrarle a los clientes. Pero me hizo poner mi cuerpo y yo caí de cuatro patas. Durante el tiempo que estuvimos juntos me puso los cuernos, me hizo chantaje emocional… Todo lo malo que te puedas imaginar me lo hizo. Tardé mucho tiempo en darme cuenta de que solo le interesaba aprovecharse de mí. Porque mientras yo curraba como una condenada, él se pegaba la gran vida a mi costa.

Superar aquella relación me ha costado años de terapia. Aunque una cosa sí le agradezco: gracias a él ahorré un montón. Porque P me hacía un poco de padre y a diferencia de las demás chicas que gastaban a manos llenas, él siempre me repetía: «Tienes que ser inteligente. Ahorra. No malgastes, no te drogues, no seas como las demás». Así que me abrí una cuenta en el banco y gracias a eso tengo la casa que tengo; es lo único bueno que puedo decir de este señor.

Cuando terminé con él, alquilé un piso en el centro de Barcelona y empecé a ejercer de *escort* de lujo. Cuando vas por libre pones tus reglas. Además, tienes menos clientes porque el servicio cuesta diez veces más. Atendía a seis hombres por día como máximo. Los clientes que pagan por una prostituta de lujo tienen un alto poder adquisitivo. Son empresarios, abogados, gerentes, directivos. Y, por norma general, acostumbran a ser cultos y respetuosos.

Fue mi mejor etapa a nivel sexual. Porque a mí me encanta seducir a los hombres y sentirme deseada por ellos. Creaba ambiente con música, incienso, velas. Me vestía con lencería que realzaba mis curvas: un tanga diminuto, unos ligueros, los taconazos. Y me lo curraba a tope con los preliminares. Cuando veo que los hombres enloquecen conmigo me siento poderosa. Me gusta el juego de la seducción. Te pongo la mano en la entrepierna, la quito y vuelvo a ponerla. También, jugar con las palabras. En el sexo, la imaginación da mucho juego y para mí el momento previo a la penetración, donde el deseo y la excitación transcurren lentamente, es lo más importante del acto sexual. Es el instante en que gritas: «¡Por favor, fóllame ya!». Una vez te la meten, se acabó.

Ejerciendo la prostitución aprendí que cada hombre es diferente. Dependiendo de su movimiento pélvico te percatas enseguida si les gusta hacerlo suave o en plan fuerte. También aprendí una técnica que a día de hoy mi marido sigue alabándome. Cojo su miembro con la mano y le doy una especie de vuelta. Lo subo y lo bajo mientras giro un poco, suavemente, al mismo tiempo que paso la lengua por el glande y el prepucio. Combino los movimientos de la mano con los de la lengua; es un truco infalible.

Cada hombre es distinto, pero hay una serie de cosas que les gustan a todos: las felaciones y la postura del perrito. También, que les metas el dedo en el culo o que se lo chupes. Al principio dicen que no, pero, poco a poco, se van colocando a cuatro patas para que se lo hagas. El que te diga que no le gusta o miente o es un reprimido.

La gente cree que a un hombre que paga por sexo solo le importa su placer. Sin embargo, me atrevería a decir que un cincuenta por ciento de los clientes tiene la necesidad de sentirse hombre y, por lo tanto, quieren que tú disfrutes. Todo lo que sé del sexo, incluido lo que a mí me gusta, lo aprendí durante los años que me dediqué a esto. Llegó un momento en que perdí la vergüenza. Pensaba: «A este no le voy a ver más». Así que me permití experimentar.

Aprendí que si un hombre me lo come al mismo tiempo que yo me masturbo me gusta mucho más. Aprendí que puedo hacer lo mismo a cuatro patas. Aprendí que me da mucho placer si me penetran a la vez que me ponen un dedo por detrás. Si un cliente me daba placer, yo me dejaba hacer. En este sentido fui egoísta. Más de una vez salí de la habitación pensando: «Este tipo me ha pagado y yo me he corrido tan a gusto». Aunque, por lo general, los hombres están enfocados en su placer y desconocen por completo el mecanismo del nuestro. Dan por supuesto que nos gusta hacerlo como en las películas porno, y es un gran error. Por eso van tan perdidos.

En la prostitución hay muchos tipos de clientes, tantos como hombres. El único factor común es la carencia de contacto con una mujer. Cada cliente es distinto, pero, si generalizamos, podríamos dividir a los clientes en varios grupos. Primero, está el clásico putero: hombre casado, que jamás dejará a su esposa, pero al que le gusta follar con una mujer distinta cada semana. Además, a este le excita pagar. Después, estarían los que tienen fetiches y solo se los permiten si están con una puta. Y me he dado cuenta de que a más nivel adquisitivo más cosas raras les gustan. He estado con hombres a los que les excitaba ponerse una máscara de cerdo mientras yo hacía que les paseaba. Otros que se ponían a cien limpiando el suelo con la lengua mientras los azotaba, y piensas: «¿En serio?». De estos hay a patadas. Hombres con cargos importantes que se pasan el día tomando decisiones y que en el plano sexual les gusta obedecer órdenes. El más guarro fue un señor que quiso meterme el dedo en el culo, sacar un poco de mierda y comérsela. Me pareció asqueroso, pero como la mierda se la comió él… Ahora sé que es un tipo de fetichismo que se llama coprofagia.

En otra ocasión, vino un cliente y tras ver a todas las chicas escogió a una rubia. Luego preguntó cuánto le cobrábamos por el perro. El perro era mío, no me lo podía creer. Le pedí cincuenta euros. Cuando la chica salió nos contó que el señor le estuvo chupando el rabo. Lo único que le pidió a ella es que mientras tanto lo masturbase. Puedes imaginar el cachondeo que hicimos a su costa.

Y, por último, está el típico chico joven y soltero que tiene el gusanillo de probar qué se siente estando con una profesional. Generalmente, está tan nervioso y preocupado que es incapaz de tener una erección. El sexo es muy mental: solo fluye cuando dejas de comerte la cabeza. Y los hombres van de duros, pero a la hora de la verdad son muy inseguros los puñeteros. También son bastante vagos.

Muchos prefieren gastar ciento cincuenta euros en pagarle a una prostituta que complicarse la vida con las mujeres. Ligar no es fácil. Hay que invertir tiempo en

conquistar a la chica, conseguir su número de teléfono, lograr una cita, llevarla a cenar, pagar la cuenta del restaurante y solo si tienen suerte la noche terminará bien. Para los hombres, follar requiere una inversión de tiempo y dinero considerable y, a pesar del esfuerzo, el polvo no está asegurado. Por eso muchos prefieren pagar, descargarse, irse a casa satisfechos y olvidarse del tema. Aunque también existen los hombres que jamás irán de putas porque quieren tener un sexo real. Hay de todo.

Para mí lo peor de la prostitución fue tener que llevar una doble vida. Mi entorno desconocía cómo me ganaba la vida. Vivía envuelta en un bucle constante de mentiras. Me inventaba mil excusas para justificar mis gastos, y es un problema porque llega un momento que no recuerdas qué le has dicho a cada cual.

La sociedad es muy hipócrita y la prostitución, un tabú. Si hay putas es porque hay clientes, entonces, ¿por qué son ellas las que están estigmatizadas? Me hacen gracia las mujeres que dicen que sus maridos no van de putas porque trabajan y no tienen tiempo. Los hombres aprovechan cualquier ocasión para descargarse: la hora de la comida, el paseo del perro. Dicen que van a comprar el pan y van a que les hagan una felación en el piso de la esquina. Recuerdo un cliente que dejó a su suegro en el ambulatorio y mientras lo atendían subió a desfogarse con una compañera.

Llevo años retirada, pero sigo escondiendo esta parte de mi vida; es mi gran secreto. Porque, claro, vas a una entrevista de trabajo y te preguntan: «¿A qué te dedicabas antes?». Siempre miento. Vivir así es agotador.

Hay mucha hipocresía y mucha desinformación. La gente cuando piensa en putas imagina a la rumana que trabaja en un prostíbulo de Castelldefels o a las prostitutas callejeras del Raval. Creen que todo son mafias y mujeres explotadas, cuando en realidad hay muchos tipos de prostitutas. Las chicas que yo conocí no venían de la trata de blancas ni tenían ningún chulo. Eran chicas que habían escogido libremente hacer este trabajo como medio de ganarse la vida.

Hay muchas que ejercen solo durante una temporada, para pagarse la universidad, comprarse una casa o ayudar a sus familias. Lamentablemente, ganar cantidades ingentes de dinero también te lleva a gastar mucho. Las putas viven de su cuerpo y gastan muchísimo en ropa, zapatos, lencería, peluquería, maquillaje. Además, es difícil renunciar a este oficio cuando te acostumbras a llevar un alto tren de vida. Yo tenía claro que mi objetivo era comprarme una casa y me ponía retos diarios: hoy a por la nevera, pasado a por la tele y así iba haciendo.

Creo que en el fondo es un tema de prejuicios. ¿Cuántas mujeres casadas no se comportan como putas? Muchas follan con sus maridos por obligación, no porque les apetezca, sino para tenerlos contentos. El marido paga el bolso de marca, la peluquería y las vacaciones en las Maldivas y, a cambio, ellas se abren de piernas. Piensan que al hacerlo con un solo hombre es más respetable, pero en realidad es lo mismo. Me hace gracia cuando dicen que aguantan por sus hijos. ¡No me jodas! Aguantan por la pasta, y lo entiendo. ¿Con sesenta años adónde vas? Y más si eres una mantenida. Pero, entonces, dime, ¿qué diferencia hay entre ellas y una prostituta?

Yo ejercí con la intención de ahorrar al máximo y volverme a mi país. Jamás imaginé que conocería a mi marido ejerciendo. En esa época trabajaba en mi piso como *escort* de lujo, usaba internet para anunciarme y mi cartera de clientes era

bestial. Tenía servicios contratados con dos semanas de antelación. El día que me tocó la cita con él estaba reventada, pero queda muy mal dejar tirado a un cliente en el último minuto. Total, que abro la puerta… Fue amor a primera vista. Me encantó su cara de pajarito, sus gafas de intelectual, su traje.

Mi marido es un hombre tímido y vergonzoso. Le dije: «Ven acá que te reviento», me salió del alma. La regla número uno de la prostitución es cobrar el servicio por adelantado, pero él me gustó tanto que me olvidé. Lo llevé a la habitación, lo desnudé y empecé a refregarme encima de él. Después lo llevé a la ducha, me abrí de piernas y le hice de todo. El cansancio desapareció de golpe. Al día siguiente, me invitó a cenar y estuvimos toda la noche besándonos, cogiéndonos de la mano, haciéndonos arrumacos.

Un par de días después me llama y me confiesa que está a punto de casarse, pero me dice que lo nuestro le ha removido y quiere saber si a mí me pasa lo mismo. Así que quedamos para hablar en persona. «Creo que me he enamorado», me dijo nada más vernos. Le confesé que yo sentía lo mismo. Han pasado cantidad de años, pero me acuerdo de aquella conversación con pelos y señales. A los quince días él dejó a su novia y yo abandoné la idea de volver a mi país. Todo el mundo nos decía que lo nuestro era imposible, que no funcionaría. Pero un año después nos casamos y al siguiente tuvimos al niño. Nuestra historia de amor es la excepción que confirma la regla. Aunque como toda pareja, hemos pasado nuestros baches.

Después de diez años de matrimonio lo dejé. Creo que me dio la crisis de los cuarenta por adelantado. Me apetecía follar con otros hombres, ya que después de tantos años casados el sexo se había vuelto aburrido. Todas mis amigas se habían separado y ligaban sin parar.

Siempre me ha dado miedo envejecer: las arrugas, la celulitis, las manchas en la piel, los colgajos. Volverme invisible me da pavor. Aunque en cierto modo ya lo he experimentado. Estos últimos años he engordado tanto que he pasado de ser la típica chica que va por la calle y todos los hombres se giran a mirarla a convertirme en una mujer invisible. Al principio, este cambio fue un shock para mí porque causar admiración en los hombres crea adicción. He tenido que trabajar mi autoestima y decirme a mí misma que no pasa nada. Supongo que hacerse mayor será más de lo mismo.

Aunque, espera, me he acordado de una cosa. Durante una época ejercí de madame. ¿Sabes cuál fue el anuncio que más triunfó? «Luisa, cincuenta años, casada insatisfecha». Lo petó. Llamaban hombres de todas las edades. Así que hay público para las maduritas.

En fin. Nos separamos y yo me abrí una cuenta en Tinder. Pero en el fondo soy una romántica y, después de un año y medio, volví con mi marido. En este tiempo los dos hemos estado con otras personas y nos hemos vuelto a elegir el uno al otro. Con una condición: de ahora en adelante las reglas serán distintas. No queremos caer en la rutina. Hemos comprado una caja donde cada uno pone lo que desea. Quizá él escribe: «Esta semana tengo ganas de que entres en mi despacho en pelotas». O yo pongo: «Mañana quiero que nos duchemos juntos». Y hablamos. Hablamos mucho.

Todos deberíamos preguntarnos qué nos gusta en la cama. Todos tenemos una tendencia, no nos engañemos. A mí, por ejemplo, me atraen las mujeres. Entonces

¿soy lesbiana? ¿Bisexual? ¿Curiosa? ¿Sapiosexual? Me gusta tener sexo con mujeres porque nosotras somos más pacientes, conocemos mejor los tiempos y le ponemos más sentimiento. Sin contar con que las mujeres te lo comen mejor, con más suavidad. También me excita la idea de una doble penetración y hacerlo con muchos hombres a la vez. No me animo a llevarlo a la práctica, pero como fantasía me pone a cien.

Tengo otra fantasía recurrente con un repartidor desconocido que viene a mi casa. Y para que la fantasía funcione necesito saberlo todo sobre ese encuentro. ¿Cómo es él? ¿Qué quiere? ¿Qué me dice? Me imagino a mí misma abriendo la puerta, seduciéndolo y a él empotrándome contra la pared. Yo comparto mis fantasías con mi marido. Mientras lo hacemos le voy contando la historia que tengo en mi cabeza para que él también se la imagine. A veces también fantaseamos que estamos en la cama con otra persona. «Imagínate que ahora ella te hace tal cosa o que yo os estoy mirando mientras vosotros lo hacéis». Mi marido se pone como una moto y yo, también. Me excita mucho imaginarlo con otra mujer. Me siento empoderada porque, de algún modo, si está con ella es gracias a mí. Él es mío y soy yo quien le da permiso para gozar con otra. Además, verlo disfrutar me pone a mil.

A mí me encanta la polla de mi marido. Se adapta a mi vagina, su movimiento pélvico es perfecto y cuando está dentro de mí veo las estrellas. No quiero follar con muchos hombres distintos, quiero sexo del bueno y jugar en la cama. La vida ya es demasiado complicada, así que en el dormitorio quiero olvidarme de todo.

Un tiempo atrás decidimos hacer realidad nuestra fantasía de hacer un trío con otra mujer. No quería recurrir a una amiga. ¿Y si luego se enamora de mi marido? ¿Y si acabamos enfadadas? Así que usé Tinder para buscar a una, pero no encontré a ninguna que nos gustara y al final pagamos a una profesional. Fue genial. Era una chica joven que recién empezaba en este mundillo. Y como ella estaba a gusto y disfrutó, yo también disfruté. Le dije: «Soy novata. No tengo experiencia en comer coños, pero voy a darlo todo». Recuerdo que se lo estaba comiendo y ella me soltó: «Para no saber, ¡qué bien lo haces!».

Soy muy activa en la cama, y me gusta que quien está conmigo disfrute del encuentro sexual. Se lo hice como a mí me gusta. Busqué su clítoris y le pasé la lengua muy suave. No soporto que me succionen ahí abajo. No entiendo a los hombres que lo hacen. La chica estaba muy implicada con nosotros dos y ver a mi marido disfrutar me excitó muchísimo. «Cariño, cómele las tetas. Ahora tú, chúpale la polla». Mi marido es tan tímido, respetuoso y educado que despierta mi lado animal. Además, a mí me pone dirigir el cotarro, siempre con voz sensual, porque me gusta mandar. Soy muy dominante. Lo soy en la vida y en la cama.

Con esta chica repetimos varias veces y fue genial. Creo que los tríos fortalecen la confianza de la pareja, la complicidad, el deseo… Pero el último que hicimos fue con otra chica y mi marido y ella intercambiaron los teléfonos. En aquel instante empezó un lío rocambolesco que terminó fatal. Las reglas son las reglas. Tienen que estar pautadas. Y hay que cumplirlas. Cuando ellos quisieron quedar solos, a mí me dio mal rollo. Porque no es lo mismo hacer un trío con tu marido que abrir la relación. Y como puedes imaginar nuestro intento de ser una pareja poliamorosa acabó peor que mal. Gestionar los sentimientos es complicado. Yo lo amo. No fui capaz de

soportarlo, y en casa estalló la bomba. Nos echábamos los trastos a la cabeza.

Esta experiencia me ha servido para darme cuenta de que él es el amor de mi vida y que no puedo tenerlo todo. Así que cuando mi marido me preguntó: «¿Y de ahora en adelante qué vamos a hacer?», le respondí que no quería ni tríos ni relación abierta ni poliamor. Ahora mismo necesito fortalecer mi relación con él, porque sin unos buenos cimientos no iremos a ninguna parte. Y en un futuro ya se verá.

MARÍA

43 años, casada, sin hijos

«Todavía persiste la idea de que dos mujeres no pueden tener sexo. Se darán besitos, pero eso no cuenta como sexo. ¿Y dos mujeres que se masturban entre ellas? ¿Tampoco tienen sexo?».

Mi vida sexual no pasa por su mejor momento. Mi mujer y yo lo hacemos una vez al mes. Muy mal, muy mal. Llevamos años intentando ser madres. Hemos recurrido a la inseminación artificial y también a la fecundación in vitro y lo único que hemos conseguido han sido varios abortos. Tanto tratamiento ha hecho que el sexo se resienta. Las dos nos sentimos frustradas y tristes. Y sentirte mal no propicia las relaciones sexuales, todo lo contrario. Ahora mismo estamos intentando recuperarnos emocionalmente, porque para disfrutar del sexo necesitas estar bien.

Mi adolescencia fue muy naif. Cuando era pequeña mi abuela tenía una tienda donde acudían muchos clientes gitanos, y siempre sufría por si le robaban material. Mi mente unió lo malo que salía en televisión, o sea, el revolcón en la cama, y lo malo de la delincuencia. Así que mi yo infantil pensaba que solo los gitanos tenían sexo. Estas conclusiones tan absurdas te dan una idea clarísima de cuál era mi nivel de información sexual, pero si algo tuve claro desde bien pequeña es que me gustaban chicas y chicos por igual. No hacía diferencias de género ni padecía jaleos internos por este motivo; era así y punto. En aquella época no había referentes de lesbianismo o bisexualidad en los medios, y al no haber referentes desconocías lo que sentías. Aun así, yo era muy consciente de que aquello era tabú.

La primera chica con la que estuve fue mi compañera de piso en la universidad. Empezamos a liarnos de manera espontánea, pero sin palabras, porque cada vez que yo le sacaba el tema ella se negaba. «¿Hablar? ¿Para qué? Si quieres paramos y ya está». Te explico esto para que veas que el tabú existía de verdad.

Al cabo de un tiempo empecé a salir con un chico, pero él murió de golpe. Su muerte me hizo reflexionar mucho, y cambié el chip. Me di cuenta de que la vida es demasiado corta y empecé a plantearme qué quería yo realmente. Tenía veintidós años cuando puse la pieza que me faltaba del puzle. Me dije: «¿Por qué no pruebo a ir más en serio con las mujeres?». En aquella época ya existía internet, gracias a Dios. En internet descubrí un foro de mujeres y allí conocí a una chica.

Fue la primera con quien tuve una relación sexual completa. Y como no tenía referentes seguí mi instinto. A diferencia de las relaciones heterosexuales, entre nosotras no había normas a seguir. Cuando no hay un patrón fijado desaparecen las expectativas y es más fácil relajarse y dejarse llevar. Esto hace que el sexo sea más auténtico y más libre. Fue una época en que salía con chicos y, de vez en cuando, me

«despistaba» con alguna chica. Y sé que lo que te voy a decir suena mal, pero no creía que les estuviera poniendo los cuernos. Para mí eran dos ligas distintas. Piensa que entonces no era como ahora, a los ojos de la sociedad las lesbianas no existíamos.

Yo me defino como bisexual, tirando a lesbiana. Ahora mismo hace más de diez años que estoy con una mujer, pero siento atracción tanto por hombres como por mujeres. Aunque reconozco que con los chicos soy mucho más exigente. Para que yo me fije en un hombre ha de estar realmente cañón. En cambio, de una mujer me puede cautivar desde su intelecto a su personalidad, pasando por su forma de hablar o de moverse. Dicho esto, ahora están saliendo tantas etiquetas que no sé bien dónde colocarme. A veces pienso que la carga cultural que llevan implícitas las relaciones heterosexuales ha sido uno de los motivos que me ha frenado a la hora de estar con hombres. ¿Si salimos juntos hemos de terminar casándonos? Ahora este discurso comienza a estar obsoleto, pero cuando yo era joven había una serie de expectativas alrededor de las parejas heterosexuales que además de agobiarme me daban pereza.

Por no mencionar el hecho de que en el juego de la seducción es el macho quien seduce a la hembra y a mí no siempre me apetecía interpretar ese rol. Este patrón social lleva a las mujeres heterosexuales a perder una parte de sí mismas. Para mí es más divertido estar con otras mujeres porque tienes la opción de ser ambas cosas: cazador y presa. ¿Por qué tengo que esperar a que otro dé el primer paso? ¿Por qué debo hacerme la recatada para ser más atractiva? ¡Qué rollo! Es absurdo. Solo de pensarlo me pongo de mal humor.

A mí internet me salvó. Me permitió conocer a otras mujeres que son como yo. Cuando era joven no me sentía cómoda yendo a bares de ambiente, sin contar con que en mi ciudad no había. Solo existían un par de locales en Barcelona. ¿Qué iba a hacer? ¿Ir sola? Entonces no conocía a ninguna lesbiana. Recuerdo coger mi coche, conducir hasta allí y quedarme en la puerta sin atreverme a entrar, hasta que al final terminaba por irme a casa. Además, por aquella época las lesbianas que iban a estos locales eran chicas muy masculinas que a mí no me gustan. Cuando por fin me atreví a entrar, no encontré a chicas con inquietudes similares a las mías. Ellas y yo no teníamos nada qué decirnos porque no teníamos nada en común; pertenecíamos a mundos distintos. Lo recuerdo muy frustrante. Pensaba: «¿Este es el mundo de las mujeres?». Sabía que allí no iba a encontrar a nadie, y me sentía triste. Por eso digo que internet me salvó. Mi descubrimiento del mundo lésbico vino por ahí. Piensa que, a diferencia de ahora, antes dar con lesbianas conllevaba un trabajo de búsqueda muy complicado. La misma palabra lesbiana era tabú.

Las mujeres tenemos interiorizada la idea de que el sexo sin amor es malo, cuando en realidad no es necesario estar enamorada para tener buen sexo. Aun así, he de decir que yo necesito sentir cierta conexión con el otro para irme a la cama. A mí no me sirve una cara bonita. Según qué bromas o comentarios me excitan más que un físico atractivo. Siempre que he tenido sexo casual es porque ha habido un poco de conversación. Y creo que esto es más propio de las mujeres que de los hombres. Necesitamos un relato, un marco, un contexto que nos sitúe. ¿Quién eres tú? ¿Quién soy yo?

Antes de casarme hice mucho el cafre, pero en el entorno lésbico hay mucho

drama y al final me harté de tanto lío. Las mujeres somos intensas, pero las lesbianas lo son el doble. La intensidad es buena hasta cierto punto, si te pasas puede ser agotadora. Así que dejé mi trabajo y me fui de viaje sola. Estuve un año en Puerto Rico, otro en Nepal y otro en Kenia. También pasé varios meses en el Caribe. Y durante este tiempo tuve sexo con chicas, con chicos e hice varios tríos. Viajar, conocer gente nueva, experimentar con el sexo; todo esto hace que me sienta viva. Yo soy mujer, lesbiana, ecologista, un punto izquierdista y si es necesario independentista, aunque solo sea por llevar la contraria.

Durante mi adolescencia y mi juventud no comenté mi orientación sexual a mis padres para no ofuscarlos. Solo me decidí a dar el paso cuando me fui a vivir con la que ahora es mi mujer. Llevábamos un año saliendo juntas, íbamos en serio y quería que la conociesen. Estaba cansada de esconderme. Quiero mucho a mis padres, me llevo muy bien con ellos y mentir a quien amas es lo peor del mundo. Tenía treinta años cuando se lo confesé.

Estábamos comiendo y en un momento dado puse los cubiertos encima de la mesa —aún puedo escuchar el ruido— y lo solté de corrido. «Esta chica no es mi amiga, es mi novia». Después esgrimí una retahíla de argumentos para convencerlos. Según mi hermana di todo un discurso. Supongo que lo llevaba elaborando mentalmente desde hacía mucho tiempo y cuando empecé a hablar no pude parar. Sabía cómo eran mis padres, cuáles eran sus miedos y los fui rebatiendo punto por punto. Cuando terminé, mi padre, monísimo, me dijo: «Hija, la cabeza lo entiende, el corazón aún no. Danos un poco de tiempo, que nos ha pillado por sorpresa». La verdad es que reaccionaron fenomenal. La invitaron a cenar a casa y el día que vino tuvimos una velada estupenda. Mi mujer es un encanto de persona, se los ganó en cinco minutos. En su familia, en cambio, se lo tomaron fatal. No todas las familias son iguales. Ella es de un pueblo de la España profunda. Su padre lleva la bandera de España bordada en las camisas y cuando mi mujer le dijo que era lesbiana se armó un descalabro de película.

Ahora no paso por mi mejor momento a nivel sexual, pero de joven tuve una época muy loca. Llegué a estar con tres chicas diferentes a la vez, todas lo sabían, eso sí. Recuerdo estar en el trabajo y escaparme a la hora de la comida para follar con una. Luego, al terminar la jornada me iba a dormir a casa de otra. Y el fin de semana, quedaba con la tercera. No soy una convencida del poliamor. Simplemente me lo encontré sin más.

Entré en contacto con un grupo feminista, algunas de las chicas eran lesbianas y otras no, y me lie con una que estaba en una relación abierta. Para que nos entendamos: ella era la amante, las otras dos eran pareja. Nosotras estábamos solteras y nos gustábamos, pero no teníamos ningún vínculo emocional. Tampoco es que nos sentáramos a hablar del tema. Simplemente optamos por no engañar a terceros y pasar de la exclusividad. Cuando ella me decía «este viernes no puedo quedar», las dos sabíamos el motivo. La cosa marchó estupendamente hasta que se torció. Lo más gracioso es que la que se puso nerviosa y lo dinamitó todo fue justamente la chica que estaba emparejada. No solo es que tuviera pareja, es que era ella la que enarbolaba la bandera de las relaciones abiertas, la del argumentario, la defensora del amor libre y el poliamor. De ella lo aprendí todo, siempre estaba

dispuesta a aleccionarte. La llamaremos Mar. Y fue Mar quien no pudo soportar que su amante estuviera conmigo.

A esta chica se le desmontó el chiringuito en cuanto se vio en el lado opuesto de la barrera. Recuerdo sus palabras textuales: «No lo soporto. Os vais a enamorar y al final os casaréis. No quiero que esto ocurra». La escuchaba hablar y no daba crédito. O sea, que tú puedes estar con dos chicas —tu mujer y tu amante—, pero tu querida solo puede estar contigo. ¿Cómo se entiende eso? Es un sermón de doble rasero: amor libre para mí y para los demás, nada. Me parece de lo más egoísta. Fue una experiencia muy reveladora.

Las relaciones abiertas están muy bien de boquilla, pero a la hora de la verdad necesitas hacer mucho trabajo —individual y en pareja— para cambiar viejos patrones intrínsecos a las relaciones monógamas: la posesión, los celos, la inseguridad. Además de lidiar con la organización del día a día, porque si estás con una persona no puedes estar con otra. ¿El viernes con quién me toca? Hay un punto logístico, que la gente no tiene en cuenta y que es complicado de gestionar.

A mí la idea de que mi mujer pueda irse a la cama con quien le dé la gana no me convence. Me veo incapaz de sostenerlo emocionalmente. Un trío, en cambio, es diferente. Es algo puntual en lo que las dos participamos, y esta idea ya me gusta más. El sexo es sexo, pero cuando hay sentimientos de por medio la gestión se complica. Dicho esto me parece bien poner el tema de la monogamia encima de la mesa, hay mucha hipocresía.

¿Qué pasa cuando el sexo se convierte en rutina? ¿Qué hay del deseo? ¿Qué buscas tú? ¿Qué quiere tu pareja? Y no olvidar que cualquier decisión implica una renuncia. Esto es así, lo demás es una entelequia mental. Y una cosa tengo clara: has de ser honesta contigo misma y con quien tienes al lado; la comunicación es crucial.

Muchas mujeres están incómodas hablando de sexo porque les supone una confrontación con ellas mismas, con sus ideas, con el tipo de vida sexual que tienen. A veces, les pregunto a mis compañeras de trabajo: «¿Qué tal el sexo con vuestras parejas?». Todas llevan muchísimos años emparejadas y todas responden lo mismo: «bien». Tengo otra amiga que lleva la vida entera saliendo con hombres y encontrándose a escondidas con mujeres. Siempre bromeo con ella. «Acabarás con una mujer, ¿lo sabes, verdad?». Ella me corta enseguida: «Déjame en paz».

Aceptar que tu vida sexual no es como desearías implica cambiar y los cambios nos dan miedo. ¿Qué haces con tu novio de los dieciocho años, que ahora es el padre de tus hijos, a quien quieres, pero no deseas? Mejor no hurgar en la herida y dejar las cosas como están… Pero yo quiero sentir conexión con mi pareja.

Jamás he tenido complejos a causa de mi físico. Desde bien jovencita me percaté de que era atractiva para los demás y eso me dio confianza. Mi forma de ser también ha allanado el camino. Hay que tener en cuenta que en el sexo, además del físico y la personalidad, existe otro factor: la práctica. Fijarte en el comportamiento de la otra persona hacia ti también te da muchas pistas. No lo adivinarías nunca, pero yo en el mundo de la coral he ligado lo que no está escrito y en los scouts, lo mismo. Siempre hay algunas señales que te pueden dar pistas de por dónde van los tiros. También he ligado con muchas mujeres heterosexuales, ahora las llaman heterocuriosas.

Que una mujer se líe con otra mujer está relativamente bien visto. Si una mujer se

lía con una amiga nadie la llama lesbiana, pero si lo hace un tío con otro tío enseguida lo tildan de maricón. El sexo entre hombres está mucho más estigmatizado; la masculinidad por encima de todo. Las mujeres lo vivimos diferente. Todavía persiste la idea de que dos mujeres no pueden tener sexo. Se darán besitos, pero eso no cuenta como sexo. ¿Y dos mujeres que se masturban entre ellas? ¿Tampoco tienen sexo? En cambio, si un hombre se la chupa a otro hombre será acusado de maricón en menos de un minuto. Me da la risa. Hay mucha gente que aún piensa que el sexo de verdad solo se da entre hombre y mujer; es estúpido. En mi opinión, esta idea forma parte de la mirada infantilizada que tiene la sociedad respecto de las mujeres.

Creo que las mujeres tendemos a ser más pasivas en el sexo por cómo nos han educado. Yo en la cama busco mi placer, si no, la cosa no funciona. Lo he aprendido con los años. Solo cuando tú sabes qué te excita puedes compartirlo con otra persona, y esto hace que él o ella también disfrute más. Es un círculo virtuoso donde ambas partes salen ganando.

Yo sé que tengo un punto voyeur. También sé que me gusta que me hablen en la cama. En cambio, soy cero conversadora. Es más, cuando he hablado he metido la pata. Recuerdo una noche que estaba en la cama con una chica y le dije que tenía los ojos de mi madre. Me arrepentí en cuanto lo solté. Suerte que ella se echó a reír. «Vamos a olvidarlo», me dijo y seguimos follando. Otra cosa que me encanta es el cunnilingus. No entiendo a las mujeres que les cuesta correrse con el sexo oral. También te diré que las mujeres, al menos con las que yo he estado, son mucho mejores que los hombres practicando sexo oral. Quizá porque, al contrario que ellos, nosotras usamos mucho más las manos y la boca para dar placer y terminamos por convertirnos en unas expertas. Al final todo se reduce a la práctica, ¿no?

Para mí la gran diferencia entre tener sexo con un hombre o con una mujer es mental. Porque al fin y al cabo, un orgasmo es un orgasmo. Lo que quiero decir es que el sexo es muy mental, pero quizá entre dos mujeres lo sea aún más. Puedes sentirte penetrada sin necesidad de que te metan los dedos. Cuando practico sexo con una mujer estoy presente en cuerpo y en espíritu. Con un hombre lo veo más fisiológico. Te correrás o no, pero puedes tener sexo aunque tu cabeza esté en otro lado. Con una chica, o tienes la cabeza donde tiene que estar, o no irá bien. Luego está el factor tiempo. Las mujeres en la cama duran más que los hombres. Al menos, es mi experiencia. Los hombres terminan antes. Es en plan: «¿Ya está?». Esta es la gran ventaja del sexo entre dos mujeres. No necesitas descansar ni esperar a que se te levante de nuevo. No es que te quiera vender las bondades del sexo lésbico, es un hecho contrastado.

Como te decía, ahora follo muchísimo menos que antes, y no creo que se deba tanto a la edad como al hecho de estar en pareja. Además, a nosotras el tema de la maternidad nos ha pasado factura. Dicho esto, pienso que cuando estás en pareja la parte de seducción debes trabajarla un poco más. Porque si estás soltera el viernes te arreglas, sales a la calle e intentas ligar. Digamos que te lo trabajas, ¿no? Pues estando en pareja deberías hacer lo mismo para mantener esa llama encendida, porque con alguien que acabas de conocer se da por sí solo. No sé cómo se hace, la verdad, pero creo que todo lo que vaya por este camino es positivo. Puede ser un

conjunto de lencería sexy, los juguetes sexuales o probar cosas nuevas en la cama, cualquier cosa que rompa la rutina. Porque cuando se instala la rutina ya sabes qué te espera y entonces se pierde el misterio.

Ojalá a los cincuenta tenga el sexo que tenía a los treinta. Ojalá. Porque tal y como está ahora el tema es insostenible. Sé que mi mujer y yo lo vamos a encaminar, estamos en ello. Hace poco fuimos a un retiro. Necesitábamos relajarnos, conectar con nuestra parte animal y recuperar la libido. Se llama El Tao Erótico de la Mujer. Lo hacen en una masía perdida en la montaña y estuvo francamente bien. La idea es reconectar con tu cuerpo, tu feminidad y tu útero. Éramos quince mujeres. Caminamos de noche descalzas por el bosque, nos bañamos en el río desnudas y la profesora abrió su útero con una espátula para que viéramos cómo era por dentro. El retiro duró tres días, pero salí de allí como si hubieran pasado tres meses. Acabamos todas en pelotas, bailando en círculo alrededor de una hoguera, tirándonos pétalos por encima y con un huevo de jade metido en la vagina. Fue una experiencia salvaje e imborrable que recomiendo a todas las mujeres.

MARINA

48 años, viuda, dos hijos

«El sexo no es solo sexo. El sexo es conversación,
risa, libertad y vulnerabilidad al mismo tiempo,
y eso une mucho».

Llevo veinte años viviendo en Barcelona y aquí hay menos prejuicios que en Argentina en lo tocante al sexo. En mi país la religión ha hecho mucho daño a las mujeres. Mi madre, por ejemplo, jamás gozó con mi papá. La educaron para dar placer al hombre y para criar hijos. Él era un mujeriego y aunque ella trabajaba no tenía el valor para dejarlo, y si lo hubiera hecho la sociedad la hubiera marginado.

Por eso a mí me llevó tanto tiempo emparejarme. Crecí con ese chip. «Todos los hombres te quieren solo para coger». Mis dos hermanas, en cambio, se embarazaron de jovencitas. La mayor con veinte años ya era madre soltera. Recuerdo a mi padre gritándole: «¡Eres la vergüenza de la familia!». Me dio mucha rabia escuchar esas palabras. Ella tenía novio, llevaban ocho años saliendo, pero él se lavó las manos con la excusa de que no la había tocado porque aún no estaban casados. Eso hacen los hombres en Argentina. Yo tenía miedo de que me pasara lo mismo, así que no lo hice hasta muy tarde.

No le he confesado a nadie la edad que tenía cuando perdí la virginidad. Me da vergüenza porque fue muy tarde, muy tarde. A ti tampoco te lo diré. Mis amigas hacía años que ya lo habían hecho. Ser virgen después de los veintidós es una tortura. Llegó un momento en que necesitaba sacármelo de encima. Así que una noche que salimos de fiesta, pillé a uno que me pareció guapo y lo hicimos en su coche. Tenía tanta necesidad que hasta lo disfruté.

Piensa que yo hasta los dieciocho años fui superreligiosa. Iba a misa cada domingo y en el colegio cantaba con las monjas. Entonces pasaron tres cosas que me hicieron cambiar de opinión. Yo formaba parte de un grupo cristiano que acompañaba a un cura a visitar los barrios pobres. El cura era un borracho y, cuando enfermó, la congregación lo apartó y lo dejó morir solo. Fue la primera vez que pensé: «¿Esto es la Iglesia?». Después, a otro cura que abusaba de niños pequeños lo mandaron lejos para que la gente no se enterara. Y, para postres, cuando un amigo mío cogió el sida también lo apartaron. Me di cuenta de que cuando había alguna mierda la Iglesia la tapaba, y así perdí la fe.

Quizá por eso me costó tanto perder la virginidad: entre que era pecado, que tenía complejos físicos, que mi hermana era la «vergüenza» de la familia por haberse quedado embarazada… Además, soy fotógrafa y no estaba dispuesta a renunciar a mi pasión por un hombre. Yo fui la rebelde de mi familia. Desde los veinte años, pago mi alquiler y tengo mi plata. En España las mujeres lo tienen más claro, pero en

Argentina las solteras están mal vistas y la maternidad aún pesa mucho. Me acuerdo que mi mamá no paraba de preguntarme: «¿Cuándo vas a ser mamá? ¿Acaso no quieres tener hijos?». No sabía cómo enfrentarla. Al final le dije: «Yo soy tu hija soltera sin nenes. ¿Cuándo lo vas a entender?». Fue plantarle cara y conocer al que sería mi marido. Tenía ya treinta y dos años. Él cumplía todos los requisitos que le pedía a una pareja. Era un buen hombre y un tipo apasionado, porque a mí me encanta el sexo, como a mi papá. Mi marido me cuidó, me respetó y me dio dos hijos.

Lo nuestro fue amor a primera vista. Él y yo teníamos confianza, respeto mutuo, comunicación y mucha química. El sexo anal no lo probé hasta que lo conocí a él. Me dio tanto placer que le tuve que pedir que parase por miedo a que me escuchasen los vecinos. Otra cosa que experimentamos juntos fue estimular su culo. Incluso hablamos varias veces de hacer un trío. Nunca llegamos a hacerlo, pero me hubiese encantado. El sexo es una parte importante de la relación porque genera intimidad. El sexo no es solo sexo. El sexo es conversación, risa, libertad y vulnerabilidad al mismo tiempo, y eso une mucho. Yo estuve diez años casada con un hombre maravilloso. El problema es que, de repente, me quedé viuda.

Un día él se fue al gimnasio y al cabo de un rato me llamó la policía. Le había dado un ataque al corazón mientras hacía *spinning*. Tenía cuarenta años, yo cuarenta y tres. Hacía tres meses que había nacido nuestro segundo hijo. No me esperaba esta situación de mierda. ¿Cómo imaginar algo así? Mi madre y mi suegra querían que regresara a Argentina, pero yo preferí quedarme acá. Ya era bastante cambio pasar a ser una familia sin papá como para mudarme de país, dejar mi trabajo y mis amistades. Estos cuatro años han sido durísimos. De hecho, del primero ni me acuerdo. Estaba en el limbo, apenas sobrevivía. Al segundo año de enviudar me compré una casita fuera de Barcelona, en el campo, que era una ilusión que tenía con mi marido y, poco a poco, me fui recuperando. Ahora estoy bien, pero lo he pasado mal, muy mal. Él y yo nos amábamos de verdad. El proyecto de vida que tenía con mi marido se terminó con él.

La única relación estable que he tenido fue con mi marido. Antes de estar con él tuve algunos rollos sin importancia y después de su muerte he tenido algunos más, nada serio. No tengo ganas de meter a nadie en mi casa. Solo quiero conocer a un hombre con quien pasar un buen rato. Tengo ganas de darme un revolcón. El problema es que no encuentro con quién. Conozco a hombres, pero me falta conectar con ellos.

Con mi marido descubrí los grandes placeres del sexo. Tuvimos sexo de panza porque yo con el embarazo andaba muy cachonda. Pero cuando nació mi primer hijo me hicieron una episiotomía que me dejó hecha polvo. ¡Diecisiete centímetros de corte! Después del parto tuve que cuidarme mucho. Gracias a Dios, cicatrizó bien y pudimos retomar nuestra vida sexual. Hay gente que con la llegada de los hijos deja de follar. No fue nuestro caso. La rutina no nos alcanzó. Con mi marido lo hacíamos mínimo una vez por semana, a veces dos.

Obviamente, cuando él murió lo último en lo que yo pensaba era en el sexo. Durante tres años no quise saber nada de los hombres. Pero un día conocí a un pintor más joven y tuvimos un romance que me hizo romper el hielo. Ahí hubo un punto de

inflexión. «Me he quedado sin marido, pero continúo siendo mujer y continúo sintiendo deseo», pensé. Gozar sexualmente me hace sentir bien. Ya sé que no voy a encontrar a otro hombre como mi marido, pero al menos quiero pasarla bien.

Por eso, hace un año, decidí abrirme una aplicación para ligar. Estaba temerosa porque soy de otra generación. Yo siempre ligué a través de mis amigos, en un bar, en una fiesta. Pero si me quedo en casa ningún hombre vendrá a golpear mi puerta. Me costó adaptarme a esta nueva manera de ligar, no creas. Al principio no hacía más que quitarme pesados de encima, es agotador. Pero si no entro en la rueda, no voy a encontrar a nadie y yo necesito tener sexo en mi vida, necesito desfogarme.

Mi primera experiencia fue en Meetic. Estuve una semana y cerré la cuenta. No me gustó nada de nada. Los tipos se te echan encima. Hay mucho impresentable. En tres días tuve trescientos «me gusta». ¡A ver, que tampoco soy tan guapa! Esto no lo puedo sostener. ¿En qué momento voy a conocer yo a tanto tío? No tengo tiempo ni ganas. Porque llegar a tener una cita, tomarte un café con alguien, ya es todo un quilombo, como decimos en Argentina. El problema de las nuevas tecnologías es que de tan fáciles que son acaban siendo difíciles. Las personas tienen tanto miedo a sufrir que ponen barreras para protegerse. Creo que la gente tiene pavor a enamorarse, a comprometerse. Puedes pasar de un «me gusta» a que te bloqueen en cinco minutos. Es alucinante. Los ligues a través de las aplicaciones potencian la individualidad. Al final sobrevive el que se adapta, como siempre.

El primer chico con el que hice match también era viudo. Chateamos un poco y decidimos quedar. El día en cuestión me envía un mensaje y me dice que viene para mi casa. Me quedé helada. «Mejor quedamos para un café», le dije. Me contestó: «¿Para qué? Todos sabemos lo que queremos». Él daba por hecho que íbamos a follar, y a mí eso no me va. Primero necesito compartir experiencias vitales, y si veo que conectamos, entonces ya nos encamamos. Le propuse quedar en un bar, pero ni siquiera me contestó. No me dio la oportunidad de conocerlo. Fue duro para mí. Me había maquillado, había dejado a los niños con una amiga y me llevé una decepción. Oye, me parece bien que haya gente así. El problema es que él no me lo dijo.

Otra cosa que no me gusta de estas aplicaciones es que encuentras a mucho hombre casado. Yo cuando charlo con alguien lo digo bien claro: «No quiero casados». Ya he pasado por ahí. Hice match con uno, chateamos, nos mandamos varias fotos y por la noche me llamó la mujer para echarme la bronca. Me hizo pasar un mal rato que no te imaginas. Y el último con el que me acosté, otro tanto. Era el típico Peter Pan con miedo a comprometerse, y yo migajas no quiero.

Entre los mentirosos y los que no quieren comprometerse estuve un tiempo muy rayada. He quedado con alguno que me ha caído bien para tomar un café, pero luego nada. O ellos no me interesan o yo no les intereso a ellos. Además, lo tengo muy complicado para quedar. Entre el trabajo y los niños apenas tengo tiempo libre y, por si fuera poco, aquí no tengo abuelas. Mi única opción es quedar a mediodía para comer y aprovechar hasta que los nenes salen del cole para echarme un revolcón.

Nunca he fingido un orgasmo porque tengo facilidad para correrme. He llegado a tener ocho orgasmos seguidos. Me da igual si me tocan, me lo comen o me penetran, todo me pone. Quizá no he tenido que fingir porque siempre he buscado a un tipo de hombre que me dé algo más que sexo. Ahora estoy con uno que aguanta mucho y el

pobre espera, espera, espera hasta que yo me corro. Luego, termina él. Este chico se lo curra. Me manda mensajes diciéndome que tiene ganas de verme y me describe lo que me hará cuando nos veamos. Que me manden fotos en pelotas no me excita en absoluto, en cambio estos mensajes me ponen como una moto. Cuando él llega a casa ya estoy a cien.

Soy una mujer menuda y me gustan los hombres grandotes. Mi marido era como un monstruo. Media metro noventa y pesaba noventa kilos. A mí me gusta que me cojan, que me lleven en volandas a la cama, que me empotren contra la pared, que me pongan así, asá y que me den vueltas. Un hombre chiquito no tiene fuerza para hacerlo. También me gustan los hombres con pelo, cuanto más mejor. Ahora bien, por más fuerte y peludo que sea, si dice tonterías, pierdo el interés. Hice match con un chico que enseguida empezó a mandarme fotos muy sensuales, y la verdad es que el tipo tiene un cuerpo de escándalo. No está bueno, está buenísimo. Pero fue recibir las fotos y desilusionarme. ¿Necesitas mostrarme tu cuerpo fibroso para conquistarme? ¿Esto es lo único que puedes ofrecerme? ¿Para qué tanta cáscara? ¿Qué escondes detrás de tanto músculo? A mí me atrae un hombre con un cuerpazo, pero sin cabeza no me conmueve.

Creo que soy sapiosexual. Para sentirme excitada necesito que me estimulen intelectualmente, necesito sentir admiración por la otra persona, y también necesito que me admiren. Quiero que me hagan sentir especial. Un tipo que te escribe «hola» no me interesa. Cúrratelo un poco, chico. Pregúntame cualquier pavada, cuéntame de tu vida, ¿pero «hola»? Yo si a un tío no lo veo entregado, tampoco me entrego, y entonces no hay conexión, necesito *feedback*. Si no veo a un hombre gozar yo tampoco gozo. Y también necesito tener *feeling* con la otra persona. No me van los tipos rígidos. Paso. La cosa está muy chunga, nena.

Conocí a otro que era biólogo. Sabía de política, de música, de cualquier tema que le preguntaras; era un sabelotodo. Al principio estaba alucinada con él, el problema es que luego en la cama era muy parado. Es tan difícil conectar con alguien al cien por cien… Además, yo tengo una situación especial: soy viuda y madre de dos hijos, necesito a un hombre que sepa lo que es criar a un hijo, que esté en mi misma onda. Solo así podremos entendernos. Aunque debo reconocer que me pierden los jóvenes.

Los treintañeros me dan vidilla porque son frescos. Los de cincuenta están viejos, calvos, con barriga y arrugados. Y como los jóvenes me buscan…, pues me encuentran. Aunque a mí solo me interesan para tontorronear, no como pareja. A los chicos jóvenes les gustan las maduras porque queremos gozar, no tenemos manías y no queremos ataduras. ¡Cuidado con las viuditas!

Mi problema es que tengo el listón muy alto. Mi marido me amaba, era inteligente, tenía un cuerpazo, me hacía gozar en la cama y encima me dio dos hijos. Mi marido era lo más de lo más, y eso me lo pone muy difícil. ¿Cómo llego a eso ahora? Me gustaría conocer a alguien de mi edad, que tenga un hijo, que podamos ir a cenar, echar un polvo, hacer planes de fin de semana, pero que el domingo regrese a su casa. Es muy difícil la convivencia con los hijos de dos familias distintas. Además, yo no quiero eso. Con la edad me he vuelto cada vez más intolerante. La maternidad me ha pillado vieja, cansada y sola. Si a veces ya me cuesta aguantar a mis hijos, ¿cómo voy a aguantar a los de otro?

Otro tema es que hay mucho divorciado viviendo con su mamá. Ya sea porque se separó y tiene que pagar la pensión a la exmujer o porque se quedó sin trabajo. Entiendo la situación, pero yo no quiero a un hombre así. ¿Si voy a su casa tendré que saludar a la mami? ¿Y si follamos? ¿Tendré que hacerlo en silencio? A mí un hombre que vive con su madre me baja la libido. Quiero a un hombre independiente, que tenga su espacio y su autonomía. Un hombre que esté en mi misma situación.

Cuando quedo con alguien en mi casa saco un vino, corto un poco de queso y pongo música de fondo. Me relaja tomarme un par de copas mientras vamos charlando. Si no bebo un poco, noto que estoy tensa. También me gusta poner velas. Antes de ir a la cama hay que crear un poco de ambiente, ¿no? El deseo se cuece a fuego lento. No me considero una belleza, pero soy alegre, extrovertida y me encuentro bien conmigo misma. De hecho, me veo más guapa que cuando era joven. Supongo que es porque ahora estoy bien y cuando estás bien irradias buen rollo. Aun así te encuentras con cada tío…

Uno de los últimos rollos que tuve me mandó un mensaje de lo más chungo. Resumiendo: me dijo que iba de culo y que solo disponía de tiempo para bajarse el pantalón. «Pues nada, chico —le respondí—, ya nos veremos otro día. Aquí o gozamos los dos o nada». ¡Hay que ser egoísta! Solo le alcanzaba el tiempo para que yo le hiciera una mamada. Anda y pírate. Y que conste que a mí me gusta dar placer al otro, pero que un tipo al que conozco de hace tres meses venga a mi casa como si fuera un prostíbulo y yo una puta a su servicio es demasiado. Sin cena, sin birra, sin charla. A este ya no pienso verlo más.

Los hombres están muy confundidos. O solo piensan en aprovecharse de ti o creen que porque tienes ganas de repetir con ellos quieres cazarlos. Están muy equivocados. Yo no quiero otro marido. Tampoco un padre para mis hijos. A mi edad ya estoy un poco de vuelta. No voy a aguantar mamarrachadas. Quiero disfrutar, solo eso. Si no, se me va a pasar el arroz, pronto cumpliré cincuenta años.

¿Quieres saber qué me pone cachonda? Todo. Empezando por los besos, las caricias y terminando porque me agarren fuerte de los pelos. Yo quiero sentir. No me gusta el sexo duro, pero si un hombre me agarra fuerte las manos, por ejemplo, me excita cantidad. Esa sensación de inmovilidad me pone una barbaridad. Esto sí que no lo había probado con mi marido. Lo hice por primera vez con uno que conocí hace poco, y reconozco que me puso a cien. El tipo me agarró y sin apenas desvestirme, solo me quitó las bragas, me cogió en volandas y me llevó a la habitación. Primero me tumbó en la cama y después me cogió y me lo hizo contra la pared. ¡Madre mía! Me encantó. Aunque no siempre me va este rollo, tengo que estar en esa onda, pero reconozco que ahora mismo tengo ganas de probar cosas nuevas: algún juguetito, que me venden los ojos, que me rocíen con vino, lo que sea. Mi marido siempre estaba buscando cosas nuevas, vibradores, bolas chinas. Él me hacía volar en la cama. El problema es que para este tipo de juegos tienes que tener confianza con el otro. No haces estas cosas con cualquiera.

A mi marido y a mí nos gustaba mirar porno de vez en cuando. Si eres adulto y quieres consumirlo ¿qué problema hay? A mí ver a chicas excitadas me pone mucho. Cuando ellas gozan me pongo como una moto. Con él miraba porno, pero desde que murió no he vuelto a verlo. Más por precaución que otra cosa. Mi hijo mayor ya usa

el ordenador y me da miedo que un día encuentre algo. Además, ¿y si la computadora pilla un virus? ¿Qué hago? ¿Llamo a un amigo para que me venga a limpiar los virus que me trajo el porno? Paso.

No soy muy dada a fantasear, pero a veces, cuando estoy sola y quiero masturbarme, pienso en alguno de los chicos con los que tuve un buen revolcón y ya. También me gusta pensar que hago un trío con dos hombres, ese es mi sueño. Hacérmelo con dos hombres y que me pongan como loca. No sé si mi pudor me lo permitiría, porque a la hora de la verdad tengo una barrera moral. Piensa que yo de joven apenas me masturbaba, lo he hecho mucho más de mayor. Mis amigas de entonces no me creían, pero es que cuando no tienes sexo no lo echas en falta, y yo no sentía la necesidad. En cambio, después de perder a mi marido necesitaba darme una alegría de vez en cuando. Si no lo hago se me pudre la cabeza. Imagínate: sin pene y sin sexo. ¡Una putada! ¿Y sabes lo que más me gustó? Quitarme el trauma de la mujer pervertida.

Mi madre jamás gozó sexualmente, pero tanto yo como mis hermanas hemos salido a mi padre. Mi papá era un setenta y cinco por ciento italiano y creo que las tres hemos heredado esa pasión latina. En Argentina todavía hay mucha presión sobre la mujer. Quitarte esos prejuicios de encima lleva su tiempo. Ahora soy yo la que anima a las amigas: «Venga, vete a follar y a tomar por saco todo lo demás». Muchas mujeres nos coartamos a nosotras mismas debido a la educación que hemos recibido. La sociedad argentina es muy prejuiciosa. Los hombres también sufren lo suyo, no creas. A un hombre maduro que no se haya casado se le considera gay. Nuestra sociedad está enferma.

Hace poco estaba cenando con un par de amigas y en un momento dado les solté: «Si alguna vez lo hago con dos tipos me muero». Y una de ellas me reprendió: «Pues yo no porque que a mí no me gusta que me la metan por el culo». O sea, me acusó. Dio por hecho que me gustaba el sexo anal y me recriminó por ello. La otra chica calló y bajo la mirada. Anteriormente, ambas habíamos comentado que nos gustaba el sexo anal. Pero ni ella se atrevió a defenderme ni yo hice nada al respecto. Bastó que esta chica me juzgara para que las dos nos sintiésemos avergonzadas.

Cuando no tienes sexo durante tanto tiempo, como me ha pasado a mí, el poco que tienes lo disfrutas al máximo. Porque yo antes follaba una o dos veces por semana, pero ahora tengo sexo cada vez que muere un obispo, como decimos en Argentina. No estoy para perder el tiempo.

Ahora mismo estoy con la sexualidad a flor de piel. ¿Qué haré cuando se me acaben los jovencitos? Yo quiero follar. Mi libido sigue igual que siempre, y que dure. Aún me siento fuerte. Llena de energía. Trabajo a tope. Y me encargo de los niños. A veces pienso que el cuerpo pronto empezará a fallarme y quiero aprovechar al máximo. Hace poco me rompí la mano y se me retiró la regla, pensaba que era la menopausia. El médico me dijo que no, que era debido a la falta de calcio. Vaya susto me llevé. Pero el fin se acerca, esto es así. El tiempo pasa muy rápido. Yo con setenta me quiero ver en la bici y dando vueltas por la ciudad.

Supongo que entonces el sexo pasará a un segundo plano, pero ahora mismo con cuarenta y pico todavía me siento joven. Antes una mujer de mi edad era una vieja, ahora ya no. Tengo una amiga catalana de sesenta años. Es una mujer muy linda,

tiene el cutis perfecto y un tipito monísimo. Se separó hace quince años y acaba de echarse novio. ¿Sabes qué edad tiene el novio? Diez años menos. ¡Olé sus ovarios! Está más contenta… Ver mujeres como ella me da esperanza. Si puedo, yo haré lo mismo.

Espero encontrar pronto un compañero sexual serio que, además de buen sexo, me dé otras cosas. Es bonito compartir. Al final, un buen compañero te hace de amigo, de psicólogo, de amante, de todo. Sé que no encontraré a otro igual que mi marido, pero hay que disfrutar del momento. Solo tenemos una vida. ¡Mira mi marido! Un día estábamos follando y, al siguiente, murió.

REBECA

43 años, casada, un hija

«Follar con mi marido es de lo mejor que me ha pasado en la vida, pero si él no me gustase o no me apeteciera se convertiría en la cosa más asquerosa del mundo».

En nuestra época no se hablaba de sexo, ni en casa ni en la tele. Aprendías con las amigas. «Hoy en la ducha me he puesto el chorro ahí abajo? ¿Tú te tocas? ¿Cómo lo haces?». Sin embargo, con el paso de los años, me he dado cuenta de que las mujeres cada vez hablamos menos y creo que es porque muchas casadas están mal con sus parejas o directamente no follan. Yo tengo una vida sexual plena y he tenido que esconderla. ¿Qué le voy a explicar a una mujer que lleva meses sin follar? ¿Le digo que ayer me puse a cuatro patas mirando a Cuenca? Es muy frustrante. Pienso que mi matrimonio va bien, entre otras cosas, porque mi marido y yo tenemos muy buen sexo. Hace catorce años que estamos juntos y cada vez que lo hacemos morimos y renacemos de nuevo.

Para mí el sexo va vinculado al amor. El sexo con amor es como un subidón de droga. Te sientes libre, viva, deseada, poderosa, querida, una diosa. Siempre he tenido sexo estando en pareja. Solo he follado con desconocidos dos veces en toda mi vida. A mí me gusta compartir y me gusta entregarme, eso no quita que en la cama sea una zorra.

Tengo una hija preadolescente y siempre le digo lo mismo: «El sexo puede ser el placer más brutal del mundo, pero también la experiencia más horrible de tu vida». Porque si lo haces sin estar preparada o por obligación será una mierda. Recuerdo que en el instituto había un chico que me hacía tilín. Una noche coincidimos en una fiesta y de camino a casa trató de hacerlo conmigo. A mí no me apetecía y le dije que no. Reaccionó fatal. Fue muy desagradable. Pensé: «¿Le habré calentado la polla?». No lo había hecho, solo había sido simpática. ¿Por eso tenía que follar con él? Con mi primer novio, al final de la relación, cuando la pasión ya se había acabado, tenía la sensación de que lo hacía «porque tocaba», y me sentía fatal. Pensaba: «¡Que termine ya, por favor!». Me ha ocurrido con todas mis parejas. Con todas, menos con mi marido. Creo que es importante que las mujeres aprendamos a decir «no quiero» o «no me apetece». Muchas casadas follan por obligación. Yo no podría. Estaría muerta en vida. Petrificada. Amargada. Follar con mi marido es de lo mejor que me ha pasado en la vida, pero si él no me gustase o no me apeteciera se convertiría en la cosa más asquerosa del mundo.

Estoy locamente enamorada de él, es el hombre de mi vida. Siento que al conocerle gané la lotería. Hay gente que se pasa la vida entera buscando lo que yo tengo con

él. Cuando follo con mi marido vuelvo a tener veinte años. Esta es la magia del sexo. Las responsabilidades del día a día te ahogan. Follar con él y sentir esa conexión tan especial que hay entre nosotros me da fuerzas para seguir tirando del carro. Después de tener sexo con él veo el arcoíris, escucho pajaritos y me siento Blancanieves. La vida debería ser esto: ¡alegría! Cuando la niña no está lo que más me apetece es encerrarme con él en casa y ponernos a follar y follar y follar. Y no es solo el sexo, es la intimidad que se produce luego. Ahí es cuando disfrutas de verdad de la conexión con otro ser humano y del vínculo de pareja.

Tuve un embarazo fenomenal. Follamos hasta el día del parto, pero el primer año de crianza fue duro. Estaba en otro mundo. Pasé de follar a amamantar. Con la llegada de los hijos pasas de ser una pareja a formar una familia. Hay que volver a situarse en el mapa. Construir nuevas formas de relacionarse. Y creo que el éxito del matrimonio pasa por buscar momentos de intimidad. Si solo te centras en el rol de madre te olvidas de ser pareja, pero yo soy mujer, madre, pareja, amiga, hermana. Soy muchas cosas.

Antes de conocerle no creía en el amor para toda la vida. Lo habitual es que me enamorara perdidamente de un tío. Hasta que un día el amor desaparecía. Y desaparecía porque lo dejaba de admirar. En cambio a mi marido, catorce años después, sigo admirándolo. Es el hombre que menos ha intentado cambiar. Y quizá el que más debería haberlo hecho, pero ¿sabes qué? Me gusta que conserve su identidad. Precisamente por eso me pone cachonda, me lo comería vivo. Es el único que sabe cuidarme, protegerme, ayudarme y, también, de vez en cuando, ponerme en mi lugar. A veces le digo: «Para lo que me queda de vida, si le tengo que limpiar el culo a alguien que sea a ti, que te lo he comido hasta decir ¡basta!». La verdad es que lo busco mucho. A veces, en el trabajo, voy al baño, me hago unas fotos y se las mando. Me flipa enviarle mensajes para ponerle cachondo. Un día mi hija cogió mi móvil y mandó una de las fotos al chat familiar por equivocación. Quería morirme. En las comidas familiares aún siguen riéndose a mi costa.

Mi marido es más de mandar vídeos. Saca muchos de Twitter. Y siempre me avisa: «Cuidado. No lo abras en el ordenador del trabajo». Esta semana me ha regalado un vibrador. Tengo varios, pero este tiene una bola en el extremo, solo para estimular el clítoris. ¡Es la bomba! Mi hija ya me ha pillado dos. La primera vez le dije que era un juguete que me habían regalado. La segunda me soltó: «¿Otra vez, mami?». Como encuentre este no sé qué le diré.

Mi marido y yo somos muy guarros. A los dos nos gusta divertirnos, tenemos juguetes, pelucas, disfraces. Me chifla ponerme un vestido de látex y pintarme los labios de rojo para él. No deja de ser un juego, una manera como otra de ponerse en el papel. Me visto y le digo: «¿Hoy a qué club me llevas?». Entonces él busca algo de porno. «Ahora, ponme solo mamadas», le pido. «Ahora, a una chica con un montón de tíos». Puedo pasarme una hora en internet buscando guarradas como esta, y él siempre me repite lo mismo: «El día que te lleve a un club te vas a poner como una zorra y te las vas a comer todas». Nos meamos de risa.

Últimamente me ha dado por fantasear con que me lo monto con un negro. Y mientras le chupo la polla a mi marido nos imaginamos que se la estoy comiendo al negro. Otra cosa que me fliparía es tener a dos tíos para mí sola. En casa, coloco un

vibrador en la pared o en el suelo y mientras le como la polla a él me lo meto por el culo. Comerle la polla mientras le digo que me está follando este o aquel me parece de lo más sano que hay. Por no hablar de las risas que nos echamos luego al recordarlo.

Otra de mis fantasías recurrentes es hacerlo con un hombre mayor. Esta obsesión me viene de un cómic que leí de jovencita donde una chica entraba en un videoclub, buscaba una cinta y de repente un viejo le metía mano. A mi marido siempre le hago la misma broma. «Tú te vas a Goa a ligar con diez jovencitas y yo me ligo a un profesor de filosofía mayor y canoso». Es curioso porque luego me veo haciéndole una mamada a un abuelo y me da yuyu, pero como fantasía reconozco que me pone muy cachonda. Quizá a otro tipo de hombre le cohibiría que le dijera estas guarradas, quizá se le bajaría la erección, quizá se sentiría juzgado o menospreciado, pero a mi marido no, a él le gusta.

Nosotros hablamos mucho: de lo que nos excita, de lo que nos gustaría hacer. Y cuando follamos nos decimos auténticas burradas. «Ahora chuparía otro coño, córrete en su boca, trae a alguien para que me folle». Confío plenamente en él, por eso me siento libre para hacer o decir cualquier burrada. ¿Y sabes qué? Ni lo más perverso que hayamos podido imaginar me parece sucio, porque él y yo nos queremos. Esto solo lo entiende quien lo ha vivido.

Antes, debido a la educación que recibí, me rayaba. Pensaba: «¿Esto es normal? ¿Soy una enferma sexual? ¿A las mujeres les gusta tanto el porno como a mí?». Ahora sé que no tengo ninguna perversión. Simplemente disfruto del sexo sin complejos. Y tengo la suerte de tener un marido entregado, porque no todos los hombres lo son.

Cuando me quedé embarazada aumenté veinte kilos de peso y él siguió haciéndome sentir la mujer más sexy del planeta. ¡Echábamos unos polvos de la hostia! Yo también intento que él se sienta bien. «Qué guapo eres, qué ojos tienes, cómo me pones». La verdad es que para la edad que tiene se conserva muy bien. Y no me importa que le haya salido un poco de barriga, incluso la encuentro sexy. A veces va por casa vestido solo con una camiseta y el culo al aire. ¡Me flipa! Miro su polla y es, sin lugar a dudas, la que más me gusta. La conexión que siento con él no la he tenido con ningún otro. La primera vez que follamos estábamos en su casa. Me acordaré siempre. Nos miramos a los ojos y nos corrimos a la vez. Fue como si nos conociésemos de toda la vida. Sentí que nuestras almas habían conectado.

Nos gustaría hacer un trío, pero que saliera de modo casual, sin buscarlo. ¿Dónde encuentras a una chica para hacer un trío? ¿Mejor una amiga o una desconocida? A veces nos hemos planteado contratar a una profesional, pero va en contra de mis principios. Si lo hago quiero que sea una aventura chula. También fantaseamos con hacer un intercambio de parejas, pero aún no estamos en ese punto. Te lo digo ahora, con cuarenta y tres años. Quizá si me entrevistas a los cincuenta y tres te diré: «Esta noche vamos a un club». Ahora mismo me parece forzado. Además, los polvos que echamos son geniales. Nos basta con fantasear o ver porno, aunque no descarto nada.

A mi marido siempre le digo lo mismo: «¿Y si me gusta? ¿Y si luego quiero más?». Él me contesta que no me preocupe, que él disfruta viéndome a mí disfrutar y que

jamás me juzgará. Al fin y al cabo, tener una fantasía no significa que la quieras hacer realidad. Las fantasías son fantasías. A mí me pone supercachonda imaginar que se corren en mi boca. Cuando miro porno y veo a una chica tragándose el semen me excito mucho. Sin embargo, cuando mi marido se corre siempre me aparto. Muchas veces le digo que me mee o que le voy a mear yo, pero nunca lo hacemos. Solo con decirlo me pongo tan cachonda que no lo necesito. En realidad, me da cosa. El pis y la caca son palabras mayores.

Me encanta montarme películas en mi cabeza y compartirlas con él. Así es como me pongo más cachonda: a través de la mente y de la oreja. Soy muy morbosa. Mi marido me atrae tanto y me siento tan libre con él que me permito decir cualquier cosa que me pasa por la cabeza. Todas las fantasías que tengo lo incluyen a él.

Hay gente que me dice: «Cuidado. A ver si con tanta tontería tu marido se acaba enamorando de otra». No son conscientes de que esto le puede pasar a cualquiera, mañana mismo. A mí, a ti y a quien nos esté leyendo en este momento. Entiendo que haya gente que no soportaría ver a su pareja practicando sexo con otra persona, pero yo no tengo celos. Estoy tan segura de nuestra relación que puedo separar perfectamente el sexo del amor. ¡Me siento tan querida!

Para mí hay una gran diferencia entre ser una pareja liberal y tener una pareja abierta. No es lo mismo hacer un trío con mi marido o participar juntos en una orgía a que cada uno vaya por ahí follándose a quien le apetezca. Nosotros lo que hagamos lo haremos juntos. Ese es nuestro pacto. Quizá dentro de diez años he probado mil cosas y abro ese melón, pero ahora mismo no me interesa. Así es la vida. ¿Acaso no cambiamos las personas desde que nacemos hasta que morimos? ¿Tú no has pasado por transformaciones y contradicciones de los veinte años a los cuarenta? A nivel sexual sucede exactamente lo mismo. Las personas estamos en constante evolución.

Llevo una temporada en que me encanta comer culo y antes ni me lo había planteado. Me ocurre lo mismo con el sexo anal. La forma en que llego al orgasmo también ha ido cambiando a lo largo de los años. Con el cunnilingus, por ejemplo, al principio me costaba mucho. Ahora, en cambio, si mi marido me lo come me corro fijo. Creo que las mujeres solo nos permitimos gozar del cunnilingus cuando sentimos que el hombre goza tanto como nosotras. En el sexo, la entrega es muy importante. Sentir que el otro se preocupa de tu placer es excitante y relajante al mismo tiempo. En una noche de locura máxima puedo llegar a correrme seis o siete veces. Si fuera a una orgía sería muy peligrosa porque no tengo fin.

A mí no me pone lo mismo que cuando tenía veinte años. Ahora, por ejemplo, me gusta acabar con la postura del misionero porque al mismo tiempo que me penetra me frota el clítoris. Si además le meto el dedo en el culo o él me lo mete a mí ni te cuento. Tengo una almorrana, pero ella no se queja y a mi marido no le importa.

Acabo de cumplir cuarenta y tres años y hasta el día de hoy no me he topado con ningún hombre que me haga dudar un solo segundo de mi marido. Jamás pondría en riesgo mi relación por un polvo de mierda. Llevo catorce años con un hombre que me hace feliz. Y voy a poner todo mi empeño en que nuestro matrimonio dure. Por eso me esfuerzo en cuidarlo y tratarlo bien porque quiero que se sienta amado. También le doy las gracias por estar conmigo, por hacerme feliz y por tener la vida que tengo. Para que te hagas una idea: nuestra nena está pasando unos días de

vacaciones con mis suegros y nosotros llevamos tres días follando sin parar. Ayer nos acostamos a las siete de la mañana. «¡Que vuelva ya la niña o vuelvo al trabajo! —le decía yo—, porque esto no puede ser». Y precisamente reflexionábamos sobre este tema: drogas y sexo.

Vivimos una época compleja. La gente está muy tocada mentalmente. Y reconozco que a mí beberme una cerveza, fumarme un porro o tomarme lo que sea me ayuda a olvidarme de mis preocupaciones. Me da igual si he puesto la lavadora o si tengo la casa por recoger. Quiero follar y sentirme viva. Dejar que mi piel sienta, que mi coño palpite, que bombee sangre al correrme. Pum, pum, pum.

Yo he perdido a una madre, a un hermano, a una hija no nacida, a varios de mis amigos. He perdido dos trabajos que me apasionaban y hemos tenido que cambiar de piso porque el otro, con la mierda de la pandemia, no podíamos pagarlo. Llevamos dos años de puta pena. A mi marido y a mí nos ha salvado el sexo. De vez en cuando, nos hemos tomado un éxtasis y unas rayas de coca, ¿y qué? Si no me tomo nada, por más que desee a mi marido, cuando llegan las diez de la noche estoy tan agotada que me quedaría durmiendo en el sofá.

Y sí, quizá muera siete años antes de lo que debería si no lo hubiera hecho, pero colocarnos de vez en cuando ha salvado nuestra relación de pareja. O sea, que al fin y al cabo le he ganado a la vida porque lo que yo quiero es vivir. Entre nuestros trabajos de mierda y sin poder ir de vacaciones, si no folláramos estaríamos todo el día peleados. Así que ¿sabes qué te digo? ¡Ancha es Castilla!

Y que conste que a mí me gusta mucho el sexo de aquí te pillo, aquí te mato. A veces, aprovechamos que la nena está en la ducha y echamos un polvo rápido. En media hora ya nos hemos corrido los dos. Luego preparo la cena tranquila y de buen humor. ¡Cómo no me va a gustar! Entre semana siempre echamos, como mínimo, un polvo rápido y los fines de semana lo que venga. Creo que en catorce años, menos recién nacida la niña, no hemos estado una semana sin follar. Siempre nos buscamos. Pero, claro, cuando agendas un fin de semana a solas con tu marido el sexo es completamente diferente. Los días previos comienzo a mandarle fotos picantes, él va a comprar algún juguete, yo imagino lo que haremos; el calentón es diferente. Este tipo de sesiones de sexo que duran horas solo ocurren ocasionalmente.

Es difícil encontrar matrimonios que estén tan liberados como nosotros. Por desgracia, la mayoría están muy reprimidos. A mi alrededor veo a muchas parejas amargadas. Parejas que no se soportan, que se engañan, que se echan pullas en público y se critican a las espaldas. Eso sí, luego te juzgan por querer ir a un club de intercambio o querer hacer un trío con tu marido.

En la cama soy muy zorrón, pero en toda mi vida solo me he acostado con nueve chicos. La primera vez que lo hice me quedé un poco decepcionada. Los dos éramos muy jóvenes y como cantaba Serrat *no en sabíem més, teníem quinze anys*. Estuvimos cuatro años saliendo. Con el segundo novio ya me desinhibí más. Teníamos un sexo fantástico. Recuerdo que nos tumbamos en la cama, escuchábamos a los Red Hot Chili Peppers y yo le leía a Sartre o Dostoievski. Me sentía como si estuviera viviendo el Mayo del 68, pero en Badalona. Evidentemente, no explorábamos más allá de lo convencional, pero entonces ya me bastaba. Con los dos me quedé embarazada. Y con los dos aborté.

La primera vez tenía dieciséis años, y lo pasé fatal. Tengo la escena grabada en mi cabeza. Incluso podría decirte qué cené la noche anterior a la intervención. «¿Qué he hecho con mi vida?», me preguntaba. Ten en cuenta que era menor de edad. Fui a una clínica en la zona alta de Barcelona y tuve que falsificar el DNI de mi madre. La segunda vez, estaba en la universidad. Cuando vi el predictor tuve clarísimo que no quería seguir con mi novio y lo dejé. Abortar tan joven me traumatizó. He cargado con la culpa de estos dos abortos durante años. A veces me pregunto cómo les habrá afectado a ellos, si es que lo ha hecho.

No tengo un solo tipo de hombre. Me gusta que me hagan reír y que me hagan pensar. Y aunque soy feminista porque quiero la igualdad entre hombres y mujeres, me atrae un tío hecho y derecho. Parece que ahora lo masculino está mal visto, pero ¿qué es la nueva masculinidad? Para mí un hombre masculino es alguien con las ideas claras, seguro de sí mismo, que me transmite fortaleza y resolución; un hombre con valores y principios. Soy muy femenina, pero al mismo tiempo tengo un lado masculino muy desarrollado. A mí me gustaría tener polla para follarme a mi marido. Si tuviera polla estaría todo el día dándole a la bandurria.

No soy una belleza, pero he ligado lo que he querido. En cambio, tengo amigas que son una hermosura y tienen la autoestima por los suelos. Las miro y pienso: «¡Madre mía! Si yo tuviera tu cuerpo y tu cara me habría comido el mundo». Pero sus parejas las han machacado tanto que ni ellas mismas se quieren. A mí, en cambio, las mías me han tratado como a una diosa. Yo debo tener un trastorno alimentario, pero a la inversa, porque veo mi barriga y me gusta. Tampoco me importa tener el culo grande o celulitis. Quizá me sobran unos kilos, pero me da igual. Como lo que quiero y no me mato a hacer deporte. Estoy orgullosa de mi cuerpo y de mi sexualidad. Por eso a mi hija trato de inculcarle amor propio. Y siempre le doy el mismo consejo, que sirve tanto para el sexo como para la vida en general. «Lo importante es la actitud. Tener una buena actitud es el mejor pasaporte para conseguir una vida feliz. La actitud es importante en el sexo, el trabajo, en todo. Para ser feliz hay que currárselo».

Con el tiempo, el deseo va desapareciendo y hay que avivarlo. Yo apuesto por alimentar la llama de mi matrimonio y eso requiere esfuerzo. No me refiero a tener que estar perfecta las veinticuatro horas del día, sino a cuidarme a nivel físico y mental. Para que tu pareja te siga deseando, lo primero es estar bien contigo misma. ¿Verdad que riegas las plantas para que estén bonitas? ¿Verdad que cocinas con mimo para que salga la comida rica? ¿Acaso no sigues formándote para progresar en tu trabajo? Con las relaciones de pareja hay que hacer lo mismo. Si lo único que te preocupa es tener la casa limpia y cuidar de los niños vas mal. Primero debes cuidar de ti y después de tu pareja, lo demás vendrá solo. Y si no estás bien con él, déjalo. No te conformes. Nadie te obliga a seguir en una relación que no te llena. A las mujeres nos han educado para complacer a los hombres, y hay que cambiar esa mentalidad. Si solo das y das y das, al final te cansas.

A mí me encanta cuando mi marido entra en la cocina y sin venir a cuento empieza a comerme el coño. Me encanta que compre juguetes pensando en mí. Y me encanta que me mande una foto de su polla cuando estoy en el trabajo. Nosotros nos buscamos mutuamente. Muchas mujeres no se atreven a dar el primer paso porque durante generaciones nos han dicho que nosotras debemos esperar a que lo den ellos,

y esa mentalidad sigue muy interiorizada. Durante siglos, nuestro modelo a seguir ha sido la Virgen María y esto no se olvida de la noche a la mañana. Me he sentido muy juzgada debido a mi apetito sexual. Y yo misma me he culpabilizado por mi sexualidad. A mi marido siempre le digo: «Qué suerte he tenido contigo. Puedo ser una guarra y no me juzgas». Si lo piensas bien es muy triste. No creo que él haya hecho la misma reflexión. ¿Qué hombre piensa que está enfermo por excitarse viendo a su mujer follar con otro?

¿Sabes que yo no sabía cómo era mi propio coño hasta que mi hija me preguntó? Ese mismo día cogimos un espejo y nos despatarramos a mirárnoslo. La educación sexual es muy importante, por eso quiero que mi hija esté bien informada. No quiero que asocie el sexo a algo malo. Estoy en contra de bombardear a las niñas con mensajes de miedo. El sexo es, ante todo, un placer. Y evidentemente, hay que ir con cuidado. Es crucial que hablemos con nuestros hijos para que estén preparados ante cualquier situación y sepan reaccionar. La información es poder.

Durante siglos, las mujeres se han enfrentado al sexo sin información. A día de hoy apenas existen cuatro estudios serios sobre el clítoris. ¿Cómo puede ser? Estamos en pleno siglo XXI y este órgano del cuerpo sigue siendo un misterio. ¿Cuántos estudios hay sobre la disfunción eréctil? La sociedad ha reprimido a las mujeres y ha capado nuestra sexualidad.

El tiempo pasa muy rápido. No quiero mirar atrás y pensar que no he sido honesta con mi vida. Solo tenemos una oportunidad. No quiero desperdiciarla. ¿Qué perversión hay en hacer un trío? ¿En ir a un club de intercambio? ¿En participar en una orgía? Somos animales y el sexo es un placer más. Pero yo no quiero cambiar de pareja cada dos por tres. Yo quiero construir. Quiero llegar a vieja al lado de mi marido.

JANETH

47 años, soltera, sin hijos

«Si por mí fuera viviría sin sexo, pero quiero amar y sentirme amada. Y hoy día es difícil salir con un hombre sin mantener relaciones sexuales. Si quieres que te amen debes abrirte de piernas».

Cuando tenía cinco años el hijo de mi niñera, de quince, abusó de mí. Me tocó durante años. Nunca pasó de ahí. Me decía: «No se lo digas a nadie. Será nuestro secreto». Yo sabía que aquello no estaba bien, pero era una niña, y me callé. A raíz de esto le cogí miedo a los hombres. Sentía que por el simple hecho de ser una chica, y debido a lo que tenía entre las piernas, era vulnerable: mi vagina me había puesto en una situación peligrosa.

A los diecisiete empecé a salir con un chico y aunque lo quería mucho sentía un bloqueo interior que no me permitía entregarme a él. Le pedí a mi madre que me llevara al psicólogo porque quería solucionarlo. El médico y yo hablamos un rato y antes de finalizar la sesión me preguntó: «¿Por qué no quieres contarle a tus padres lo que te pasó?». Salí de allí asustadísima. Jamás hice terapia. Ahora sé que si abusan de ti cuando eres niña y no recibes tratamiento, lo más seguro es que el abuso se repita. Yo no lo hice y el abuso se repitió. El abuso es parte de mi historia.

La segunda vez, estaba en la universidad. Conocí a un chico en una fiesta que me invitó a ir a su apartamento, pero cuando llegamos me encerró con llave y me violó. Gritaba: «Yo soy como Jesucristo. Todos quieren castigarme y ahora tú vas a recibir mi semilla». Me tuvo prisionera hasta el día siguiente. Al salir estaba en shock. Y por segunda vez no dije nada a nadie. Había interiorizado que aquel comportamiento era normal. «Los hombres son así», pensaba. No ha sido hasta hace relativamente poco que he afrontado el tema de los abusos. Por aquel entonces mi reacción fue: no quiero que me violen, así que voy a tomar la iniciativa. Siempre estaba dispuesta a irme a la cama con cualquiera. No decía que no a nada. Fue una época de sexo salvaje y descontrolado. Así fue mi vida desde los veinte hasta los treinta.

A los treinta y cinco me mudé a Nueva York y conocí al que iba a convertirse en mi pareja los próximos diez años. Diez años de mi vida que me han dejado hecha polvo. Al principio, él era un encanto: amable, atento, caballeroso. Me abría la puerta del coche, me decía que era la chica más guapa que había conocido, me daba masajes en los pies. A su lado me sentía una reina. Hasta que un día me dijo que quería explorar su sexualidad, y lo nuestro acabó siendo un desastre. Porque al final solo teníamos sexo con más personas —tríos, intercambios de pareja, orgías—, nunca los dos solos. Y jamás hacíamos el amor. Todo era sexo duro y pornográfico. Incluso teníamos una palabra de seguridad para que yo la usara si él me proponía algo con lo

que no estaba de acuerdo.

Pero el último año la cosa se torció de verdad. Él perdió el trabajo y se vino a vivir conmigo. Se pasaba el día fumando marihuana. Dejó de ser el chico amable que me cuidaba para convertirse en un hombre agresivo. La primera vez que me violó no podía creérmelo, y lo justifiqué. «Tiene un mal día, no volverá a ocurrir». Por desgracia, no fue así. Empezó a hacerlo a diario. Cada mañana, para poder salir de la cama, me obligaba a practicar sexo con él. Tanto daba que yo llorase o suplicase, él no me hacía ni caso. El sexo era el precio que debía pagar por su amor, como un peaje. Fue un calvario. Perdí mucho peso y casi me quedo calva. Mi madre vino de visita y me lo preguntó: «¿Qué pasa con tu pelo?». Intenté explicárselo. Me respondió: «Aguanta». Ese fue su consejo: «aguanta». Se supone que una madre debe protegerte. La mía me dejó en casa con mi agresor. Aún no he podido perdonarla.

Lo peor es que cuando él abusaba de mí, yo podía llegar a correrme. Es contradictorio, lo sé, pero es así. Y esto, como mujer, hace que te sientas confusa y, sobre todo, culpable. La gente lo desconoce —yo misma lo ignoraba—, pero el cuerpo responde a los estímulos sexuales, independientemente de si son deseados o no. No tiene nada que ver con tu placer. El orgasmo es una respuesta fisiológica a un estímulo concreto.

Fuimos a terapia de pareja y en la primera sesión la psicóloga me mandó a hacer tratamiento individual con una colega suya. Cuando llegué y vi que era un centro para víctimas de abusos sexuales y violaciones di marcha atrás. ¡Yo no era una víctima! Simplemente tenía un novio con un gran apetito sexual. Me costó, pero al final fui. Tardé bastantes sesiones en darme cuenta de que sí era una víctima. Y poco a poco, con la terapeuta empezamos a planear mi salida de aquel apartamento. El problema era que mi autoestima estaba por los suelos. Tenía cuarenta años, llevaba diez con mi novio, si lo dejaba, ¿adónde iría? Necesitaba tomar las riendas de mi vida, pero me sentía perdida y no sabía por dónde empezar.

Entonces un día, mientras esperaba para entrar en mi sesión, empezó a llover. Al otro lado de la calle había una iglesia de la Virgen de Guadalupe de México, yo soy de Texas, así que entré. Me senté en uno de los bancos, y no me preguntes por qué, pero fue mirar la imagen de la Virgen y empezar a llorar. Las lágrimas me caían por la cara mientras me preguntaba: «¿Qué voy a hacer?». Estaba claro que tenía que escapar de aquella casa, pero sin dinero no sabía cómo. Y aunque no soy cristiana le pedí ayuda a la Virgen; estaba desesperada. Aquel día mi psicóloga me recomendó ir a un centro para mujeres maltratadas, pero yo no quería. Entonces, de camino a casa recibí el mensaje de una amiga que estaba en Arizona. «Sé que eres feliz en NY, pero en la clínica donde trabajo quieren contratar a una acupunturista. Si te animas, te envío el billete de avión». No me lo podía creer. De repente, tenía la solución a mis problemas. ¡Gracias, Virgencita!

En Arizona comencé una nueva vida: ciudad nueva, casa nueva, trabajo nuevo, amistades nuevas. Lo último que me apetecía era tener sexo. Al contrario, el sexo me producía pavor y rechazo. Para mí se había convertido en sinónimo de sufrimiento. Entonces, una noche me despertó un ruido. Cuando abrí los ojos vi que un hombre había entrado en mi casa. Estaba de pie, enfrente de mi cama, mirándome fijamente y se abalanzó sobre mí. Aquella noche luché por mi vida. Después de lo que me

había hecho mi novio era incapaz de aguantar otra violación. Me defendí con uñas y dientes. El apartamento estaba oscuro. Rodamos por el suelo. Él me pegó y yo le mordí. Detrás de mí había un espejo. Lo rompí con el puño. Me corté la mano y me sangraban los dedos, pero cogí un trozo de cristal y se lo clavé en el pecho. Así conseguí que me dejara en paz. Luego grité lo más fuerte que pude. Mis vecinos vinieron a socorrerme. Recuerdo que me decían que había sido muy valiente, que tenía que estar orgullosa de mí misma. No lo estaba. Acababa de ver que dentro de mí había un monstruo. Un monstruo que prefería matar a que le matasen. Ser consciente de que tenía un lado oscuro me asustó.

A partir de aquel momento algo se rompió dentro de mí. Empecé a sufrir alucinaciones. Veía ratas por todas partes. El médico me dijo que sufría de estrés postraumático. «¿Cómo puede ser? No soy un soldado. No he ido a la guerra». Me contestó que no hacía falta, que era habitual después de haber padecido una experiencia traumática y a mí me habían atacado en mi propia casa. La pesadilla de las ratas duró casi dos años. Fue horrible. Las ratas siempre estaban acechándome. Tenía miedo de andar por la calle, de los desconocidos, de ir al supermercado, de la oscuridad, del ruido… Pasaba la mayor parte del tiempo sola, encerrada en mi apartamento. Únicamente salía para ir al trabajo. Vivía en un estado de hipervigilancia.

Y de repente me llama otra amiga y me dice que ha tomado LSD y ha recibido un mensaje para mí. «Un espíritu me ha dicho que estás luchando con tu karma y que necesitas ayuda». Entonces, me invitó a ir a Washington con ella para sanarme. Le respondí que ni hablar, pero como no paraba de insistir al final acepté. Una vez en Washington me explicó que ella y otras chicas organizaban retiros en las montañas de Ecuador para mujeres que habían sido abusadas o maltratadas y se servían de la ayahuasca para curarlas. Yo no quería tomar ningún psicotrópico. Tenía mucho miedo. No quería vomitar ni tener diarrea ni revivir mis experiencias traumáticas. No quería exponerme a más sufrimiento. Les dije «gracias, pero no». Sin embargo, después de pasar ocho semanas en el bosque con ellas viendo cómo trabajaban con esas mujeres pensé que no perdía nada por intentarlo.

La primera vez que participé en una ceremonia flipé. Había gente gritando, llorando, cantando, riendo. Pasé miedo, la verdad. Sin embargo, poco a poco, yo también fui entrando en trance. Una de las chicas empezó a tocar la guitarra y, de repente, escuché una voz que me preguntaba: «¿Estás lista? ¿Sí? Pues vámonos». Es una historia muy loca, lo sé. A la gente le cuesta entenderla, pero es cierta. La ayahuasca me llevó de viaje al espacio. Una vez allí, rodeada de oscuridad y estrellas, vi que de mi ombligo salía un hilo dorado. Lo seguí y encontré a mi exnovio. La voz me susurró: «Aquí está tu problema». Le contesté que no. Para mí el problema era el tipo que había entrado en mi casa, no mi ex. La voz siguió insistiendo y me dijo que la única manera de curarme pasaba por perdonarlo. Pero yo no podía, él me había hecho mucho daño. Sin embargo, gracias a la ayahuasca pude entrar en su corazón y sentir lo que él sentía: dolor, rabia, tristeza, frustración. Y entendí que mi ex no era una mala persona. Simplemente a él le habían hecho daño y él me lo había hecho a mí. La voz me dijo que para poder seguir con mi vida debía cortar el hilo que me unía a él. Ahí me di cuenta de que a pesar del mal que

me había hecho, yo aún le quería y seguía unida a él emocionalmente y al que había sido nuestro proyecto vital. Cortar aquel hilo me costó horrores, pero en cuanto lo hice me saqué un peso de encima. Fue automático: era una persona distinta.

Tras aquella experiencia regresé a Nueva York con un propósito: dedicar mi vida a ayudar a mujeres que, como yo, hubieran sido maltratadas o violadas. Si aquel proceso de sanación había funcionado conmigo, podía funcionar con ellas. Los siguientes meses trabajé sin descanso para ahorrar dinero e irme a las montañas. Y una vez en Ecuador estudié medicina tradicional y aprendí de los chamanes. Cuando me vi suficientemente preparada monté unos retiros en la selva mexicana para ayudar a mujeres de todo el mundo, y hasta hoy. ¿Qué puedo hacer con mi vida que sea más importante que esto?

La mayoría de las mujeres que hemos sido agredidas no hablamos de lo que nos ha ocurrido por vergüenza, pero callar es aún peor. Yo no hablé de los abusos a los que me sometía mi exnovio hasta que pisé Ecuador. Por vergüenza y porque tenía miedo de que me juzgasen. Cuando quieres a alguien perdonas sus faltas, las justificas y las escondes frente a los demás. En cambio, cuando aquel tipo me atacó en Washington se lo conté a todo el mundo. A los ojos de los demás, si te agrede un desconocido eres una víctima, pero si lo hace tu pareja la culpable eres tú. Y es precisamente este juicio externo el que te impide pedir auxilio.

Actualmente hay más cultura del consentimiento y conciencia del «no es no», pero en mi época las mujeres pensábamos que teníamos que estar a disposición de los hombres. Por eso durante años creí que si mi novio me violaba era culpa mía, por no darle lo que él necesitaba. Solo después de trabajar con la ayahuasca pude relatar mi experiencia y exteriorizar mis sentimientos. Aunque pueda parecer lo contrario, mostrar tu lado vulnerable te hace más fuerte. A veces solo hace falta un poco de luz para que desaparezca la oscuridad. Lo que me hizo mi ex cambió mi vida. Puedo perdonarlo, pero no consiento que ni él ni nadie me diga que no ocurrió.

Estando en Sudamérica me reencontré con un amigo de la infancia. Él vive en Barcelona, por eso estoy en España. Vine por amor. Gracias a él estoy empezando a redescubrir mi sexualidad, pero ¿sabes qué pasa? Después de lo que me ocurrió llevaba años sin practicar sexo y este tema aún me incomoda. El mío es un proceso largo. Todavía no puedo decir que disfrute del sexo al cien por cien.

A las mujeres de mi generación nos educaron para cocinar, lavar, criar a los hijos y tener contentas a nuestras parejas en la cama. Y aunque tengamos una carrera, dos másteres y un buen trabajo lo más importante es estar guapas y abrirnos de piernas cuando a ellos les apetezca. Otra cosa que, como mujeres, hemos interiorizado es que para que nos valoren hemos de ser útiles. Durante mucho tiempo creí que nadie me iba a querer por el simple hecho de ser yo misma. Para que me quisieran debía entregar algo a cambio. Por eso follaba sin medida. Follar era mi modo de buscar amor. Quería sentirme valorada y la única manera que conocía para lograrlo era el sexo.

Crecí pensando que era gorda y fea y durante mi adolescencia viví en constante lucha con la báscula. No fue hasta la madurez que me acepté tal cual era, pero entonces, a los cuarenta, me quitaron los ovarios y me llegó la menopausia de golpe. Resultado: volví a subir de peso. Me gustaría decir que he superado este tema, pero

no es verdad. Todavía me incomoda mirarme al espejo. Es difícil aceptar un cuerpo entrado en carnes cuando todos los mensajes que recibes del exterior son que la delgadez es bella y la gordura no.

Los humanos somos animales sociales, no hay que olvidarlo. Necesitamos estar con otras personas: amar y ser amados. Mi problema es que después de lo que he vivido me resulta difícil confiar en la raza humana. De cara a fuera llevo una máscara: soy una mujer formada, con una profesión cualificada, viajada y que trabaja ayudando a los demás. La realidad es más compleja. La pandemia ha hecho que me plantee quién soy de verdad. Al principio me definía en relación a mis parejas. Después pasé a definirme en función de mi trabajo. Pero si no tengo pareja ni trabajo, entonces ¿quién soy? Me he dado cuenta de que ayudar a los demás es mi particular manera de que me vean, de ser útil. Porque si soy útil, tengo valor. Así que volvemos a lo mismo de siempre.

Toda mi vida había pensado que a mi edad estaría casada y con hijos. ¿Qué pasó? Estuve esperando mucho tiempo algo que nunca llegó. Y cuando cumplí los cuarenta y me extirparon los ovarios ya no había opción. Fue un momento vital muy duro. Tuve una crisis de identidad. En nuestra sociedad si no tienes hijos, no eres una mujer completa, ¿entonces yo no era mujer». Todo el mundo me preguntaba: «¿No quieres ser mamá?». La gente debería saber que este tipo de preguntas son invasivas y que a muchas mujeres nos producen ansiedad. El tema de la maternidad es muy contradictorio. Por un lado, nos dicen que para ser una mujer completa has de ser madre, y por otro, la sociedad infravalora la crianza.

Evidentemente, estamos mucho mejor que nuestras madres, pero aún queda mucho trabajo por delante. Las mujeres de nuestra generación estamos atrapadas entre dos mundos: pasado y futuro. Ahora todos se llenan la boca hablando de poliamor, relaciones abiertas y amor libre. Y como yo, además, trabajo en el campo del bienestar espiritual, la gente espera que tenga una sexualidad libre de complejos. ¿Qué tendrá que ver una cosa con la otra? Respeto a la gente que practica el amor libre, simplemente no es para mí. Antes de abrirme sexualmente a alguien necesito sentir que puedo confiar en él. El sexo es una cuestión muy personal, a la vez que complicada.

De joven era hipersexual: practicaba sexo a todas horas y con quien fuera. Ahora, en cambio, la puerta de mi sexualidad está apenas entreabierta. Lo reconozco: no me siento del todo cómoda practicando sexo. ¿Qué puedo hacer? Quiero a mi novio, pero a veces siento que tengo que esforzarme para mantener relaciones sexuales con él. A lo largo de mis cuarenta y siete años he follado con muchos hombres. En plan: ¿qué te apetece hacer con mi cuerpo? ¿En qué puedo servirte? Para mí el sexo ha sido una *performance*. Sin embargo, siento que no he hecho el amor con nadie.

Vivimos en una sociedad patriarcal donde el poder recae en el hombre. Son ellos los que lideran gobiernos, dictan leyes y dirigen empresas. Sus trabajos están mejor pagados. La crianza es nuestra responsabilidad y somos nosotras quienes dedicamos más tiempo a la limpieza, la compra y la plancha. El hombre siempre está por encima de la mujer. El sexo es solo una parte más de esta desigualdad. Y no se te ocurra quejarte porque el ego masculino es muy frágil. A los hombres no les gustan las mujeres mandonas y las quejicas aún menos.

No todo es culpa de los hombres. A ellos no les han educado para interesarse en nuestro deseo, y a nosotras tampoco. Las mujeres tenemos que preguntarnos: ¿qué quiero yo? Yo, por ejemplo, quiero que me miren a los ojos y vean mi interior. Quiero que me acaricien, pero con consciencia. Quiero sentirme segura, amada, cuidada y, después, en último lugar, quiero compartir mi cuerpo. A mí no me interesa echar un polvo. Necesito sentir que lo está haciendo conmigo, no solo usando mi cuerpo como un agujero para su miembro. Quiero conectar a un nivel más profundo. Quiero que el sexo sea un vehículo para que nuestras almas conecten.

Y en este sentido el porno ha hecho mucho daño porque en el porno las mujeres están al servicio de los hombres: chupando polla, tragando semen, siendo penetradas analmente. ¿Cómo podemos encontrar un equilibrio entre lo que quieren ellos y lo que queremos nosotras? Otro tema es que las personas cada vez tenemos menos tiempo, y el buen sexo requiere no estar pendiente del reloj. La vida actual es frenética e incluso cuando follamos lo hacemos con el cohete pegado al culo, y así es imposible que la cosa fluya como debería. ¿Dónde queda la imaginación? ¿Y la conexión?

Si por mí fuera viviría sin sexo, pero quiero amar y sentirme amada. Y hoy día es difícil salir con un hombre sin mantener relaciones sexuales. Si quieres que te amen debes abrirte de piernas. Los hombres no tienen paciencia. Si no les das lo que quieren se buscan a otra, pero yo no quiero estar sola, así que lo tengo complicado. Llevo muchos años trabajando el tema de los abusos, pero aún no lo he superado del todo. Este tema me persigue, no me deja ser feliz. Quiero pasar página, pero me cuesta. Con el tiempo, el sufrimiento disminuye, pero no desaparece por completo. También va por épocas.

Creo que cada persona tiene sus talentos y que cada uno debe ofrecer lo que tiene sin importar si es hombre o mujer. No quiero que las mujeres se comporten como hombres para triunfar. Nosotras somos distintas y ahí recae nuestro valor: somos empáticas, comunicativas, mediadoras. Para mí no se trata de luchar contra los hombres, sino de unir fuerzas. Y debemos empezar por reprogramar qué significa ser hombre. Porque del mismo modo que existen el sol y la luna o el día y la noche, necesitamos la energía masculina para seguir avanzando. Una cosa es el machismo tóxico y otra cosa bien distinta la energía masculina que sirve para analizar, activar, racionalizar, dar…

Mi novio es un hombre del futuro. Recuerdo que la primera vez que lo vi llevaba puesta una camisa con los colores del arco iris y las uñas pintadas. Pensé: «¡Guau!». Mi novio no es el típico macho. Es alto, fuerte y corpulento, pero a la vez muy sensible. No tiene miedo de mostrar su lado femenino, y eso me gusta. Creo que aún hay pocos hombres como él, pero pienso que la nueva masculinidad de la que tanto se habla va encaminada hacia aquí. Él es mi unicornio.

Cada persona es única. No hay dos iguales y como individuo has de buscar cuál es tu sexualidad. Sería bueno que las personas pudiésemos hablar de nuestras diferencias, que las normalizáramos. A mí me ha costado mucho, pero ahora sé quién soy. Quizá aún no sé lo que quiero, pero tengo muy claro lo que no quiero. Mi cuerpo no es un bufé libre. Mi cuerpo es mío y es sagrado. No pienso entregárselo a cualquiera. Yo quiero un compañero de verdad. Quiero apoyarlo y quiero recibir

apoyo de él. Quiero reír, pero también sentirme libre para llorar. Quiero alguien con quien vivir aventuras, subir montañas, nadar en ríos, viajar a países lejanos. Yo quiero una persona que esté dispuesta a trabajar en su desarrollo personal.

CLAUDIA

47 años, divorciada, tres hijos

«Mis conocidos no imaginarían jamás que me
gusta sentirme sometida. Soy feminista,
una mujer independiente y autosuficiente».

Follo muchísimo mejor ahora que cuando tenía veinte años porque ahora decido yo: este es el quid de la cuestión. Hay un momento en que siento que voy a romperme y si lo dejo pasar llego al orgasmo. Para mí es como tocar el cielo con las manos. Cuando me corro mis ojos cambian de color y tiemblo entera. Si, además, cierro las piernas y las aprieto fuerte todavía lo alargo más. Entonces, grito: «¡Joder, joder, joder!». Es lo único que me sale.

Cuando veo estas películas donde un hombre y una mujer se abrazan y cinco minutos después se corren al mismo tiempo, me da la risa. No me ha pasado nunca. ¿Mi polvo ideal? Abrir la puerta de casa, que un tío me empotre contra la pared, me arranque las bragas y me folle con las manos inmovilizadas. A mí me va el sexo duro. Y ahora que he descubierto el tipo de sexo que me va, cuando lo practico no solo disfruto, sino que siento una liberación total. Tres días antes de ir a una sesión ya estoy nerviosa. Me pasa los días previos y también los posteriores. Yo después de practicar sexo me quedo muy tocada, para bien.

Esta parcela de mi vida la sabe muy poca gente. Vivo en un pueblo muy pequeño y tengo tres hijos adolescentes. Siempre les recalco que el sexo es para disfrutar. Que follen con toda la gente que puedan antes de emparejarse, pero que sean respetuosos con la otra persona. «En la cama se hace lo que dos personas quieren, y fuera de allí no se habla de lo que han hecho». A la hora de hablar de sexo con ellos soy abierta y muy explícita. De aquí a que mis hijos conozcan mi vida sexual hay un trecho. No toca. Lo saben mis amigas y solo hasta donde yo quiero que sepan. No tiene nada que ver la Claudia amante, con la Claudia amiga, con la Claudia madre o la Claudia trabajadora. Y la verdad: me gusta mucho tener una parcela solo mía. Soy madre, pero también soy mujer. Y no porque tenga hijos voy a dejar de disfrutar del sexo. Tengo amigas casadas que se hacen durar la regla diez días para no follar con sus maridos, pero a mí la maternidad no me cambió, a mí me cambió mi ex.

Mi ex no me daba el sexo que yo necesitaba y durante años me sentí muy frustrada. No sé cómo acabé con un hombre con el que desde el primer polvo supe que no congeniábamos. Soy una persona de sexo diario y mi ex era muy sexual, pero solo para su beneficio. Se corría dos veces y yo, ninguna. Es el único hombre con el que he tenido que fingir orgasmos. Lo hacía para que saliera de encima de mí y me dejara en paz. A su lado me sentía una puta. Solo faltaba que me dejara pasta en la mesilla de noche. Eso sí, luego yo me compraba una minifalda y él me montaba unos

pollos que no te imaginas.

La primera vez que lo hice tenía diecisiete años y estaba cagada de miedo. Cuando eres virgen esperas lo peor: sangre e hígado. Y aunque no hubo sangre fue una auténtica mierda. Para mí el punto de inflexión fue a los diecinueve, cuando me lie con uno y pensé: «¡Guau! Yo no quiero follar con mil chicos. Quiero uno, pero que sea como él». Este chico me ponía a cien solo con rozarme el brazo.

Ahora sé que sentirte así es posible, y no me conformo con menos. Si quedo para cenar con un hombre y no me tiro encima de él, mínimo un par de veces, le digo: «Chico, lo siento. Esto no va a funcionar». No me gusta engañar a la gente. Además, yo decido cuándo, cómo y dónde. Por ejemplo, la primera vez que quedo con alguien no practico sexo oral, porque para mí es algo muy íntimo. Los tíos que te cogen la cabeza y te amorran a su rabo no me van. Si un pavo me lo hace, no se la chupo, por imbécil. Me ocurre lo mismo con el cunnilingus. No tengo problema en que me metan la polla, pero la lengua es distinto. Y no es una cuestión de vergüenza. Simplemente necesito tener cierta intimidad con la otra persona para que el sexo oral me satisfaga. Hasta que no cojo confianza no me corro. He quedado con hombres solo para tener sexo, y el día que deje de sentirme bien simplemente dejaré de hacerlo. Esta es, para mí, la parte racional del sexo: no obligarte a hacer nada que no quieras hacer.

Tras separarme conocí a un hombre que vivía a diez minutos de aquí. Y durante unos meses quedamos para follar. Él me decía: «Tengo una hora». Yo cogía el coche y me piraba a su casa. A mis hijos les decía que iba a hacer la compra. Al principio, me sentía culpable. Ahora me digo: «¡Qué cojones!». Yo no quiero tener pareja. Tampoco, que me den los buenos días o las buenas noches. Yo quiero sexo. Y quiero disfrutar. Soy una mujer todoterreno que sabe lo que quiere, pero tengo que ir con cuidado. En el pueblo todos nos conocemos, así que por respeto a mis hijos no traigo hombres a casa, siempre soy yo la que va a la de ellos. Primero, porque me marcho cuando me da la gana. Y segundo, porque no quiero que mis hijos traigan chicas a casa. Que se vayan a follar al bosque o que lo hagan en el coche, como hice yo de joven. Esta es mi casa y estas son mis reglas. Soy su madre, no su colega. Una cosa es libertad y otra libertinaje.

Conocí al padre de mis hijos cuando tenía quince años, él era siete años mayor, y me quedé embobada. ¿Sabes la típica chica que se enamora del más cabrón? Esta es mi historia. En aquella época yo era una monada: rubia, cintura de avispa, pecho prominente. Los chicos se morían por mis huesos, y yo lo sabía. Ligaba un montón. Además, no necesitaba estar enamorada para echar un polvo. Hasta que no empecé a salir con mi ex no tuve ninguna relación seria, solo rollos.

Comenzamos a salir cuando yo tenía veintiuno y él veintiocho, y es curioso porque tardamos un mes en acostarnos. Yo pensaba «este es gay». Y lo que es peor, después del primer polvo me dije «uf, no». Aún me pregunto por qué continué adelante, porque si no hay química, yo no continúo. No lo sé, la verdad. Era joven e inexperta. Creo que ni siquiera estaba enamorada, lo mío fue más bien un desafío. Me emperré con él. No entendía que no bebiera los vientos por mí y me propuse cambiarlo. ¡Estaba tan equivocada! Así me fue…

Los tíos como él no te anulan de un día para otro. Es un proceso largo. Y tú no te

das cuenta hasta que estás metida en una espiral donde ya no eres tú misma. Entonces, tienes la autoestima por los suelos y no sabes cómo salir de ahí. Me pasa ahora y me las piro sin dudarlo.

Yo quiero un malote en la cama, no fuera. A mí me gusta un hombre que cuando vamos al restaurante me abra la puerta y me aparte la silla. A mí me gusta que me cuiden, pero me cuesta. Después del daño que me han hecho me resulta muy difícil confiar en alguien. Me he acostumbrado a no contar con nadie. Si he superado lo que he superado es porque tengo tres hijos que necesitan una madre.

Me casé a los veinticuatro y durante los veinte años que duró nuestro matrimonio mi ex me maltrató psicológicamente. «¿Tú te has visto? Estás gorda. ¿Dónde vas así vestida? ¿Vas a comer pollas o qué?». A su lado me sentía la mujer más fea del mundo. Ahora, en cambio, tengo unos kilos de más y me encuentro guapísima. ¿Que tengo tripa? Sí. Pero también, un culo fantástico y unas tetas espectaculares. Mi sonrisa es bonita y mis ojos también. Mi ex me anuló. Me apartó de mis amistades y me hizo pensar que yo no valía la pena. Recuperar la autoestima me ha costado cinco años de terapia.

Él siempre estaba enfermo. Tenía migrañas, reumas, todo tipo de males, y decía que se los provocaba yo. Además, cuando se enfadaba conmigo dejaba de hablarme. Muchas veces ni siquiera sabía qué había hecho mal. Podía haber dejado un vaso fuera del lavavajillas o no haberle planchado la camisa que iba a ponerse. ¿Sabes lo que es vivir veinte años de tu vida con semejante tensión? Pero según él la que estaba loca era yo. En terapia he trabajado la ira, la tristeza, la rabia y un montón de emociones. Gracias a Dios ya no soy la misma persona que era cuando estaba con él. Poco a poco, he vuelto a ser yo misma. Me he sentido más puta con el padre de mis hijos, que con todos los hombres con los que solo he quedado para follar. Porque cuando terminamos nos tomamos una cerveza y me tratan con respeto. En su mirada veo admiración, cosa que en veinte años de matrimonio no tuve jamás.

Mi ex y yo teníamos un sexo de mierda. Él se tumbaba en la cama en plan «hazme lo que quieras». Y yo pensaba: «¡No, no, no! Soy yo la que quiere estirarse». No soporto a este tipo de hombres —yo los llamo estrellitas de mar— que esperan a que tú se lo hagas todo. Con mi ex nunca llegaba al orgasmo y en veinte años jamás echamos dos polvos seguidos. Jamás. Es un hombre muy retrógrado. Él cree que masturbarse es de tarado. Las únicas veces que el sexo era un poco mejor era cuando nos metíamos farlopa. «Si no nos metemos, no follamos», me decía él. Al principio, claudicaba. Al final, solo con escuchar esta frasecita se me iban las ganas. Así que le respondía que se la metiera por el culo. Ahora he vuelto a tener buen sexo y ninguno de los hombres con los que me he acostado toma cocaína.

Traté de hablar con él sobre el tema del sexo infinidad de veces. Entonces aún no había descubierto el tipo de sexo que tengo ahora, pero recuerdo haberle dicho. «¿Por qué no puedes un día entrar por la puerta y echarme un polvo? ¿Por qué tenemos que esperar a que acabe el telediario?». Era como predicar en el desierto. Soy muy morbosa, el peligro me excita, y tenía muchas fantasías, pero no me atrevía a compartirlas con mi marido. Me hubiera encantado hacer un trío con dos chicos, por ejemplo. Es mi sueño. Yo he empezado a jugar después de separarme. He hecho sexo oral en público, me he disfrazado de enfermera, he usado el mando de la tele

como si fuera un vibrador y he salido por ahí con una amiga llevando puestas unas bolas chinas. A mi ex le importaba un pepino lo que yo quisiera o cómo me sintiera. Mientras él estuviera satisfecho…

Recuerdo que un día tuvo un gatillazo. Le dije que no se preocupara, que yo los tenía cada dos por tres. ¡Se lio parda! No quiero ni pensar qué hubiera ocurrido si me presento en casa con un Satisfyer. Él es de los que cree que «no necesitas nada más que mi polla». Ahora tengo un maletín entero de juguetes sexuales: dildos, bolas chinas, vibradores de distintos tamaños, esposas, lubricantes.

He estado veinte años con una persona que no se esforzaba en complacerme y jamás le engañé. Soy una persona fiel. Yo si me comprometo con algo o alguien lo hago al cien por cien. También te diré que no era yo. A su lado acabé convirtiéndome en otra persona. Mi ex se pasó veinte años diciéndome que era una puta. Me acusaba de ir por la calle provocando a los tíos. Decía que todos los hombres del pueblo querían follarme. ¿Sabes qué me dijo el día que se marchó de casa? «Espero que cuando tengas ganas de hacerlo me llames a mí». Lo más triste es que lo hice. Los tres primeros meses después de separarnos le estuve llamando.

Hasta que no te das cuenta de cómo son las cosas aguantas mucha mierda. Mucha. Antes de tener al mayor sufrí un aborto espontáneo y me ingresaron en el hospital. Le pedí que se quedara a pasar la noche conmigo. Me dijo que no, que al día siguiente trabajaba y que yo era lo suficientemente valiente y fuerte como para quedarme sola. Veinte años después me he enterado de que esa noche salió de fiesta. Como esta me ha hecho mil. Cuando supe que estaba embarazada de mellizos casi me da un patatús. El mayor acababa de cumplir un año. Pensaba: «¿Cómo lo haré?». Trabajaba, cuidaba del peque, llevaba la casa…, me encargaba de todo. Él jamás me ayudó. Por eso cuando me enteré de que estaba embarazada lloraba. Él, en cambio, reía. Según él, los mellizos eran fruto de su potencia sexual.

A los treinta y siete volví a quedarme embarazada, pero ya no me veía con fuerzas de criar a un cuarto hijo. Y otra vez me dejó sola. Ni me acompañó al ginecólogo ni estuvo a mi lado durante la intervención. Nunca volvimos a hablar del tema. Ahí fue cuando empecé a darme cuenta de que mi matrimonio estaba acabado.

Lo más curioso es que no fui yo quien pidió el divorcio, sino él. Primero me dijo que necesitaba irse de casa para saber si me echaba de menos. Al cabo de quince días regresó. «Eres la mujer de mi vida». Dos meses después volvió a irse acusándome de ser una guarra. Luego regresó y quiso reformar la casa. Después se volvió a marchar. Así estuvimos un año. Primero yo lloraba y le suplicaba que se quedara. Hasta que un día no pude más y le dije: «Ahora soy yo la que quiere que te vayas».

Cuando se marchó contraté a un chico para que me pintara la casa y acabamos en la cama. Era el primer tío que me follaba después de veinte años y después de aquel primer polvo hubo un segundo, un tercero y un cuarto. Sin embargo yo continuaba sintiendo que me faltaba algo. Así que un día que estaba sola en casa, abrí una botella de vino, me senté delante del ordenador y escribí «BDSM». Así, sin más. No conocía prácticamente nada de este mundo, pero había algo allí que me atraía. Además, sabía que me excitaba sentirme sometida en la cama. En mis fantasías siempre había un hombre que me cogía fuerte, me inmovilizaba y me follaba duro.

Me abrí un perfil. Estas páginas funcionan igual que Tinder, pero sin foto. Chateas

con los hombres que te parecen interesantes y en función de la conversación quedas o no. En este mundillo hay gente aficionada, curiosos y personas para las que el BDSM es una forma de vida; hay de todo. A mí me escribieron un montón de imbéciles. Hasta que un día recibí un mensaje de un tal Panter. «Pantera, mola», pensé. Mi nick era Aire y este tipo va y me escribe: «¿Necesitas aire para vivir?». Vaya, que me caló.

Empezamos a hablar. Él tenía cincuenta años y era «amo» desde los veinticinco. Me dijo que me enseñaría todo lo que debía saber una buena sumisa y que a partir de ahí yo decidiera. Quedamos para conocernos en persona. Este fue otro de los aspectos que me gustaron de él. No me mandó una foto de su polla ni me pidió que le mandara una de mis tetas. La consigna era la siguiente: si durante la conversación dejaba caer su mano encima de la mía significaba que yo le interesaba. Si yo cogía su mano nos iríamos juntos. Si no la cogía nos despediríamos como dos buenos amigos. Lo vi y lo primero que pensé es que no era mi tipo, pero como quería vivir la experiencia le di una oportunidad.

Hay diferentes tipos de amos igual que hay diferentes tipos de sumisas. Los hay de bondage, de sado, de fetiches, de juego psicológico… Yo he quedado con buenos amos, con amos mediocres y con simulacros de amos. Para mí un buen amo es el que respeta tus límites. Mi límite es el dolor físico.

En este mundillo hay muchos amos y muchas sumisas, al revés se da poco. La mayoría de mujeres dominantes son profesionales y cobran por sus servicios. Las sumisas no pagarían jamás por una sesión de BDSM. Son los amos quienes te recompensan, pero en especias: perfumes, lencería, bisutería, una cena, un fin de semana fuera…

La primera vez que Panter y yo quedamos para hacer una sesión fuimos a un sitio donde alquilaban habitaciones por horas. Era un lugar de lo más estrambótico. Entrabas por un parking y luego bajabas por unas escaleras. Todo muy misterioso. Recuerdo que estaba acojonada y al mismo tiempo muy excitada. Solo de pensar lo que me esperaba en la habitación me ponía muy cachonda. Una vez dentro, Panter me dijo: «Si debo entrenarte como sumisa hay tres cosas que debes saber. La primera, has de follar bien. La segunda, el sexo anal es indispensable. Y la tercera, en el sexo oral es importantísimo saber hacer la "o". Cuando haces una mamada no puede haber lágrimas ni arcadas. Cada vez que esto suceda recibirás un bofetón». Después, me enseñó a poner la lengua de una determinada manera y a succionar el aire para dentro para evitar que esto me ocurriera.

Panter fue mi primer amo. Él me lo enseñó todo. Ahora sé que una sumisa ha de ir siempre rasurada. Y cuando llega a la sesión lo primero que debe hacer es arreglarse para su amo: lencería, medias, tacones, maquillaje. El amo decide el color y escoge los juguetes para la sesión, pero es la sumisa quien los guarda en la bolsa de sumisa. Los básicos son: la fusta —que duele un montón y no veas las marcas que deja—, el látigo, el plumero, los vibradores, los dilatadores anales, las esposas, el collar y la cadena.

Otra cosa que me enseñó Panter es la posición de espera. Una vez arreglada, la sumisa debe ponerse de rodillas en el suelo y no mirar a su amo hasta que él no le dé permiso. Es una posición incómoda y al mismo tiempo estimulante. Al principio

muchas de estas reglas me daban risa. Panter tenía que recordarme constantemente que mientras estuviese dentro de esas cuatro paredes yo no era Claudia, sino otra persona distinta.

La primera vez que quiso ponerme un collar de perro y me dijo que tendría que caminar a cuatro patas le contesté que ni de coña. Ahora sé que a los amos les gusta que la sumisa se rebele, que se lo ponga difícil. Pero en mi caso el rechazo es real. Ni lo hice entonces ni lo pienso hacer. Para mí llevar un collar de perro es humillante; este es otro de mis límites. Al final, terminó regalándome uno de sumisa y durante los dos años que pasamos juntos lo llevé puesto. No todo el mundo conoce su significado y pasa fácilmente por una bisutería. Yo no traspaso mis límites. El pipí, la caca y la sangre no los tolero, por ejemplo. Tampoco permito que me cedan a otros amos. No hago nada que no quiera hacer, y si algo me da miedo no lo pruebo.

La gente piensa que en BDSM quien corta el bacalao es el amo, pero en realidad la que manda es la sumisa. Un buen amo te respeta. Lo eres todo para él. Te somete durante la sesión porque es su cometido, pero en realidad te adora. Un buen amo jamás estará con una sumisa sin carácter. Los amos buscan personas inteligentes o con un nivel cultural medio alto, porque durante una sesión de sexo juegas, pero también hablas mucho. Los amos suelen ser gente cultivada y con un alto nivel de autocontrol. Yo he llegado a tener ocho horas de sexo y veintidós orgasmos; los conté. Panter, en cambio, solo se corrió una vez. ¡Imagínate! Cuando salí de allí tenía la cara desencajada y las piernas me cedían. Físicamente estaba hecha polvo. Por lo demás, flotaba.

Panter y yo nos vimos en aquel lugar tres o cuatro veces. Hasta que un día me propuso ir a su mazmorra. Nunca había estado en una y la idea me flipaba. Las mazmorras varían en función del amo. Cuando vi la suya aluciné. Tenía esposas, látigos, fustas y un potro, pero lo que más me llamó la atención fue la cruz de San Andrés. Es una cruz en forma de aspa donde el amo te ata de pies y manos y quedas a su merced. El primer día que Panter me ató me corrí diez veces. ¿Sabes cómo me sentí? Poderosa, muy poderosa. Porque aunque estaba atada era yo quien daba el consentimiento. La gente no lo comprende, pero sin sumisas no hay amos.

Mis conocidos no imaginarían jamás que me gusta sentirme sometida. Soy feminista, una mujer independiente y autosuficiente. Mis barreras mentales son fuertes, pero un buen amo sabe cómo derribarlas y esto es justo lo que busco. Al fin y al cabo, el BDSM no es más que un juego. Un juego físico y mental. De un lado, el amo te somete y del otro te cuida. Los amos saben perfectamente que después de una experiencia tan intensa la sumisa necesita mimos y atenciones. Panter, cuando me desataba de la cruz de San Andrés —llena de sudor, semen y saliva—, ya tenía preparada una manta para acurrucarme entre sus brazos.

No soy masoquista: no gozo con el dolor. Yo disfruto porque sé que mi dolor excita a mi amo, y como sumisa me debo a él. Al mismo tiempo, saber que su placer está en mis manos me hace sentir poderosa. Además, los amos te enseñan muchos trucos. La primera vez que Panter me puso unas pinzas en los pezones me avisó de que cogiera aire. Si no lo haces el dolor es insoportable. Lo mismo, cuando te atan o te aprietan fuerte. Las personas desconocen este otro lado del BDSM, el del cuidado. Al principio yo misma pensaba: «Estoy enferma. ¿Cómo puede gustarme que me hagan daño?». Y

no me gusta. Esto es un juego de roles. Disfruto siendo sometida y el amo disfruta sometiendo. Cada uno se siente poderoso a su manera. Y terminado el juego todos regresamos a nuestra vida convencional. Aunque te diré una cosa: a este mundo entras de puntillas y después no puedes salir.

Para mí una sesión de BDSM es como una especie de trance, y te dura varios días. Porque durante los días posteriores en tu cabeza van apareciendo imágenes que te lo recuerdan. Tu propio cuerpo lo hace. A medida que pasan los días ves cómo los moratones cambian de color. Lo mismo, con los pellizcos y los mordiscos. Por eso cuando escucho a algunas mujeres hablar sin conocimiento pienso para mis adentros: «Ya te gustaría a ti tener los ovarios de abandonar tu matrimonio de mierda y descubrir por ti misma lo que de verdad te excita».

En este sentido, estoy orgullosa de mí misma. Me he permitido descubrir lo que me agrada. Tras separarme me prometí a mí misma que no haría nada que no quisiese hacer, y lo cumplo. No sé si muchas de las mujeres que me critican pueden decir lo mismo. A mí la terapia me ha ayudado, pero el BDSM también. Gracias a estas dos prácticas he vuelto a ser la misma de antes. He recuperado mis amistades, mi energía, mi fuerza interior y las ganas de vivir.

Con Panter todo fue bien hasta que él se enamoró de mí y yo salí corriendo. No quería una relación, lo tenía clarísimo. Ahora estoy con otro amo que me gusta mucho. Es un encanto de persona. Y lo más importante: no me agobia. Yo tengo clarísimas cuáles son las prioridades en mi vida: mis hijos y mi trabajo. Pronto cumpliré cincuenta años. No quiero salir con nadie. Cuando quedo con alguien disfruto a tope y el resto del tiempo sigo con mi vida.

Estas sesiones me sirven para recargar las pilas. En mi vida ordinaria tengo muchas obligaciones: el trabajo, los niños, la casa, la hipoteca, la familia, los amigos. Durante una sesión de BDSM me dejo llevar por completo y esto me permite olvidarme de todas las responsabilidades. Es mi válvula de escape. Y justo porque soy una mujer de armas tomar puedo hacer lo que hago. Yo nací sumisa. Las sumisas nacen, no se hacen. Lo que pasa es que, en mi caso, he tardado en descubrirlo. Ojalá lo hubiera hecho antes. No habría perdido tanto el tiempo.

Al principio tenía una sesión cada semana. Ahora las hago cada quince días, cuando no tengo a los niños. Normalmente me cuesta aguantar dos semanas enteras sin follar. Así que si, entre sesión y sesión, me sale una cita, aprovecho. Aunque, por desgracia, hay pocos hombres que follen bien. Hace poco quedé con uno que me dijo que estaba preocupado por «dar la talla». ¿Qué es dar la talla? Tengo la sensación de que los hombres están más preocupados por quedar bien ellos que por nuestro disfrute. Y luego hay otro tema: es difícil encajar en la cama. La química se da o no se da. A mí hay hombres que me ponen la piel de gallina y hombres que no. Es una reacción animal que se da de forma automática y sin explicación racional.

De un hombre espero respeto, sinceridad y, ante todo, que no me agobie. No necesito que me vendan milongas para tener sexo. No busco amor ni enamoramiento. Mi vida es plena. Tengo unos hijos fantásticos, una familia que me adora y a la cual yo también adoro, tengo pocos amigos, pero muy buenos, y me encanta mi trabajo. No quiero compartir mi vida con nadie. Lo que me gustaría es disfrutar de determinados espacios de tiempo con otra persona. No creo en el amor para toda la



vida, pero cuando estoy con alguien estoy al cien por cien. Ayer eché un polvo con un amigo y fue ¡espectacular! Así que ahora mismo voy servida, pero dentro de unos días volveré a estar cachonda.

ANNA

47 años, soltera, sin hijos

«Estaría bien tener a un hombre para el sexo, el afecto, la compañía e incluso para ir a un restaurante o viajar, porque en pareja estas cosas son más fáciles. Ahora bien, para todo lo demás, Mastercard, que decía el anuncio».

¿Cuán de importante es el sexo en mi vida? No mucho, la verdad. Hace casi dos años que no me acuesto con nadie, y no es debido a la pandemia. Simplemente, no siento deseo. Cuando tenía veintipico estuve dos o tres años sin follar y entonces influyeron más factores aparte de mi falta de deseo, como mi inseguridad o la no aceptación de mi propio cuerpo.

A los veinte años tenía muchos complejos físicos. Es curioso, porque es la edad en que menos complejos deberíamos tener. Luego, está el tema de los prejuicios. «No hagas esto porque es de guarra». Vivo en un pueblo muy pequeño y siempre me ha condicionado mucho el qué dirán. Pero, ¡ojo!, que en un entorno rural haya poca gente no es sinónimo de nada. En los pueblos la gente también liga, también folla y también se empareja. Pero en el campo pesa más la presión social del apellido, al menos a mí me ha pesado. Mi familia tiene cierto estatus. Todo el mundo los conoce y los tiene bien considerados. Por lo tanto, hay ciertas cosas que, como hija, no puedes hacer si no quieres manchar su buen nombre.

Jamás he tenido sexo en un coche. Lo mío eran los pajares, los prados y los graneros. Pero digamos que, en general, en cuestiones de sexo fui tarde. Y empecé tarde porque, además de preocuparme por el qué dirán, era muy tímida y muy insegura. En aquella época pensaba que era imposible que le pudiera gustar a alguien. Ya era mayor de edad cuando tuve uno de mis primeros magreos serios. Y recuerdo perfectamente el primer chico que me la metió porque fue en plan: «Oh, por fin. Ya no soy virgen». Tenía veinte años y te voy a ser sincera: no me enteré de nada. ¿Sabes aquello de que duele? Pues no. ¿Gusto? Ni pizca. ¿Sangre? ¿Dónde? «¡Hemos sido engañadas!», pensé.

A día de hoy todavía no he resuelto al cien por cien mis complejos físicos, pero con la edad este tema cada vez me preocupa menos. También te diré que cuando conseguía estar con un chico desaparecían de golpe la timidez, las inseguridades y las tonterías. A la que estábamos los dos en pelotas me olvidaba de todo. Siempre he pensado que si habían venido hasta mi casa y estaban en mi cama era porque querían estar aquí conmigo. Sufría antes, a la hora de ligar. A mí los chicos nunca se me han acercado. Nunca. Era la típica chica que entra a un bar o a una discoteca y pasa totalmente desapercibida.

Nunca he tenido pareja. La relación más larga que tuve fue con un chico de Pamplona, y duró seis meses. Y aunque he tenido épocas más sexuales que otras, el sexo nunca ha sido mi prioridad, incluso a veces se me olvida. Yo misma me digo: «Nena, que ya hace semanas. Quizá es hora de que te toques un poco, ¿no?».

Esto no me lo has preguntado, pero me he masturbado mucho yo. Empecé a hacerlo cuando tenía ocho o nueve años. Un día descubrí que si te refregabas ahí abajo daba gusto y una vez hecho este descubrimiento no podía parar. Aquí donde me ves, que parezco una mosquita muerta, de los quince a los treinta años me masturbaba de tres a cuatro veces por semana. Entonces no sabía qué era normal y qué no. Lo hacía cuando tenía ganas y punto. No hablaba de estos temas con nadie. Creo que hablar tan abiertamente como estoy haciéndolo ahora contigo no lo he hecho con nadie en mis cuarenta y siete años. A mí ya pueden decirme lo que quieran, pero el tabú sobre la masturbación femenina sigue existiendo. El deseo femenino no está… ¿cómo lo diría? Se supone que no tenemos, ¿no? Las mujeres o somos madres o somos putas. Es muy triste.

Hace unos años compré unas bolas chinas y un anillo con una especie de mariposa que vibraba, que se lo tenías que poner al chico en el pene. Nunca los utilicé. Ahí se pudrió. Con mi mano soy superefectiva. Y si me tocan chicos que me gustan mucho, también tengo un porcentaje de éxito muy alto. Sobre todo, si saben hacerlo. Entonces es como «¡para, para, que no puedo más!». Con el cunnilingus, lo mismo. En cambio, con el coito me resulta difícil. Ahora que lo pienso un orgasmo vaginal por penetración no lo he tenido nunca. ¿Si he fingido alguna vez? ¡Hombre! ¡Por favor! ¿Pero qué pregunta es esta? Pues claro. A veces solo quiero que terminen y adiós. Es muy fuerte.

Tengo un amigo que dice que si una mujer no llega al orgasmo es culpa suya. Me parece un comentario que culpabiliza a las víctimas. Entiendo que las mujeres deben pedir lo que quieren y dejar claro lo que no quieren. Y le doy la razón en que debemos dejar de fingir. Lo que él no es capaz de entender es que habla desde la seguridad que da ser un hombre, sin el estigma que todavía pesa sobre nosotras. Creo que para que haya un cambio real es necesario educar a la gente. Pero es que también cansa tener que ir educando a todos y cada uno de los hombres que te llevas a la cama. Son ellos los que tendrían que venir con la lección aprendida. ¿Por qué yo tengo que enseñarle a ese puto pavo que no me toca ni un pelo que a las mujeres nos gusta que nos acaricien? No, no y no. Me niego.

Cuando salgo y ligo con un chico tengo pocas expectativas, porque cuando sales por ahí, tonteas con un tío y te lo traes a casa suele ser de noche y los dos borrachos, por lo tanto, sabes de antemano que de allí no va a salir nada bueno. Sí que me digo: «En fin, al menos tendremos un revolcón, un poco de toqueteo y, a poder ser, unas risas».

La época sexual más intensa de mi vida fue de los veinte largos a los treinta y pocos y la mayoría de las veces que follaba era con desconocidos. Y no te diré cada semana ni cada mes, porque fue muchísimo menos, pero cuatro, cinco o seis parejas sexuales al año sí tenía. Y al no conocerte no hay confianza, por lo cual el sexo es muy diferente al que pueden tener las parejas. No hay esa complicidad. Por eso la mayoría de las veces que me he acostado con alguien ha sido en plan: «Por favor,

que se vaya ya. ¿Por qué me he acostado con este tipo?».
Para mí el buen sexo es cuando conectas, y eso muy rara vez me ha pasado. Eso sí, cuando ha ocurrido, el sexo ha sido glorioso. Entenderse es fundamental. Llámale entendimiento, conexión o química. Te voy a poner un ejemplo. Conocí a un chico a través de Tinder e hicimos un pacto: «Esto va a ser sexo y nada más». También acordamos que la primera cita sería para tantear y que aquella noche no habría sexo. Él compró comida en un restaurante mexicano y vino a mi casa a cenar. Estaba un poco nerviosa, en plan «¡a ver qué pasa!». Cenamos, nos sentamos a charlar en el sofá y justo antes de irse me preguntó, muy educadamente, si podía besarme. Le dije que sí. ¡Me dio un beso! Uno de esos morreos que te erizan la piel. Acabamos en la cama, evidentemente. Y fue muy bien. Los besos son importantísimos porque son la puerta de entrada a todo lo demás. Un mal beso te echa para atrás. Y un buen beso seguramente acabe en orgasmo. No creo que yo dé unos besos espectaculares, pero es que hay cada tío por ahí suelto… Me he encontrado con chicos que te meten la lengua hasta la glotis y tú piensas: «¿Adónde vas?».

Otra cosa que no soporto es lo del lóbulo de la oreja. ¿A quién se le ocurrió que chupetear el lóbulo de la oreja era erótico? No, por favor. ¡Fuera! Luego, están los que no contentos con chuperretear el lóbulo directamente te meten la lengua dentro. ¿Pero qué pretenden? ¿Limpiártela? No lo soporto. Supongo que va a gustos, como lo de los pechos. Los tíos los tocan mucho, y no es que me moleste, pero tampoco me dice nada; simplemente los dejo hacer. Eso sí, que me dejen los pezones tranquilos. Es que una vez uno me pegó un mordisco que no veas. Estuve a punto de pegarle un bofetón. ¡Dios! ¡Qué dolor!

Cuando no tienes pareja lo único que te queda es el sexo esporádico. Si yo quería follar, era mi única opción. Ahora mismo no tengo ganas ni de eso. Estoy en una fase de deseo cero, y si necesito desfogarme lo hago yo solita, porque la mayoría de las experiencias que he tenido con los hombres han sido mediocres. Por una vez que tienes química, diez que no la tienes.

Hoy día este tema me es bastante indiferente, pero cuando tenía treinta años y salía a ligar era imposible no tener expectativas al respecto. Cuántas veces, después de follar con uno, habré pensado: «Ha estado bien. A ver si me pide el teléfono». Porque, claro, tú eres una mujer y una mujer no puede pedirle el teléfono a un hombre; ha de ser él. A veces incluso te piden el teléfono, pero luego nunca llaman. Esto te mina la autoestima. Al final acabas pensando que es mejor no ligar con nadie. ¿Para qué? No debería ser así, pero las mujeres tenemos muy integrada la idea de que gustarle a los hombres es una especie de validación de nuestra feminidad. La idea de que el objetivo primordial en la vida de una mujer es encontrar pareja y tener hijos sigue teniendo mucho peso hoy día. Aún hay mucho machismo entre los jóvenes, y entre los maduros ni te cuento.

Conocí a un tipo que se negaba a follar con condón. Yo sabía que aquello no estaba bien y que me obligara a hacerlo sin protección era una señal clarísima de que él era un tipo chungo. Después sucedieron otras cosas, que ahora que lo pienso, no debería haber permitido. En una ocasión se presentó en mi casa a las seis de la mañana, completamente borracho, y venga a llamar a la puerta de malos modos. Cuando le abrí empezó a acusarme de estar con otro. No veas la que se lio. Otro día comenzó a

mandarme mensajes. «¿Dónde estás? ¿Por qué no me contestas?». Y eso que él y yo no teníamos nada, porque él pasaba de mí tres pueblos. Estaba bastante colgada de él y se aprovechaba de la situación. Suerte que la relación no fue a más, porque tenía todos los números de acabar mal. Lo peor de todo es que esto lo veo ahora. Entonces no era consciente de dónde me metía. Me negaba a reconocerlo y se lo escondía a mis amistades. No digo que él fuera un maltratador, pero está claro que era el típico hombre machista que puede acabar jodiéndote la vida.

Te pondré otro ejemplo. Me abrí una cuenta en Tinder para ver si encontraba rollo. Me contactó un francés y empezamos a chatear. Este chico quería quedar a toda costa y fue muy insistente. «Quiero follarte. Te voy a poner a cuatro patas y te voy a dar por detrás». Iba a saco, pero reconozco que sus mensajes me ponían caliente. Total, que al final accedí. Le propuse quedar en un bar y si me gustaba, follaríamos. La verdad es que cuando llegué iba tan cachonda pensando en todo lo que me había dicho que tardé muy poco tiempo en proponerle que fuéramos a mi casa.

Lo primero que hizo fue abrirse la bragueta y decirme que le hiciera una mamada. Y yo, vale, pero pensaba: «¿Y tú qué harás?». Se la estaba chupando y por mis adentros seguía: «Tranquila, él después ya hará». Pues no. Todo el rato me decía: «Ahora te voy a follar, te voy a follar y vas a flipar». Recuerdo que yo le contestaba: «Sí, sí, sí». Pero cuando se puso a ello lo único que hacía era bombear. Y tal cual terminó, se levantó y empezó a vestirse. No esperó ni media hora. Te juro que en ese momento me dio un ataque de risa. No podía creérmelo. Pensaba: «Tendría que pedirle cincuenta euros». Sentía que había usado mi cuerpo y, una vez usado, no le interesaba nada más. Flipé. No me tocó ni las tetas, ni el coño, nada. Suerte que no esperaba nada de él y no me decepcioné. Ni tan siquiera me cagué en mí misma. Pero fue una experiencia de lo más desagradable.

Hay cierto tipo de tíos que te hacen creer que están por encima de ti. No sé cómo explicarlo. Solo puedo decirte que es una actitud muy chunga. Son tíos mandones, dominantes, perdonavidas. Quieren salirse con la suya en todo momento, y te hacen sentir como si tuvieras que darles las gracias por haberse liado contigo.

De todas las experiencias sexuales que he tenido a lo largo de mi vida solo hay una que recuerdo especialmente. Conocí a un chico en la discoteca Apolo y, no sé por qué, pero con él eché un polvo espectacular. Creo que fue porque desde el primer momento hubo muy buen rollo entre los dos, de igual a igual. Nos entendimos y nos compenetramos. Nuestros cuerpos se acoplaron perfectamente, porque hay veces que en lugar de follar parece que estemos jugando al Enredos.

Luego está el señor que conocí a través de Twitter, con el que tuve una relación un tanto peculiar. Él está casado, y con él todos los encuentros fueron espectaculares. Primero, porque yo sentía un deseo muy fuerte hacia él. Y segundo, porque es el típico hombre que sabe hacerlo todo muy bien. Estos dos factores unidos hicieron que el sexo que tuvimos fuera maravilloso. A la mínima que me decía algo o me tocaba me ponía a cien.

Para mí él es un *fucker*, en el buen sentido de la palabra. *Big Dick Energy*, que dicen los americanos. Un tío guapo y con carisma, que además lo sabe. Domina la situación y se siente seductor. Te hace uh, oh y pim pam, y ya te tiene en el bote. Es una pena que no puedas mostrar los gestos, pero me has entendido, ¿verdad?

Este señor casado no es un guaperas, pero sí que le gusta mucho el sexo, quizá por eso buscaba donde no tenía que buscar. Lo que está claro es que ambos sentíamos una atracción muy heavy por el otro. Él se pegó unas grandes corridas conmigo. Aunque nuestra conexión no era solo de piel, iba más allá. Empezamos mandándonos mensajes privados vía Twitter, porque a diferencia de Tinder, en esta red la gente se muestra tal cual es. Me refiero a los gustos y las opiniones. Para que nos entendamos, en Twitter pesa más el contenido y en Tinder la imagen. Y para mí una mente es mucho más atractiva que un cuerpo. Leyendo sus mensajes empecé a desearlo como hombre. Porque hay tíos que son guapos, pero más tontos que un zapato. Y, ¡ojo!, que hay tíos que parecen inteligentes y si rascas un poco son tontísimos. Lo que sucede es que tienen aplomo a la hora de hablar y, si no los conoces, te dejan con la boca abierta. A mí estos hombres que se las dan de sabiondos, que les gusta dar lecciones y quieren tener a las mujeres bien calladitas no me gustan nada.

Sexting he hecho muy poco, pero con el señor casado empezamos a mandarnos mensajes y la cosa acabó que ardía. Entonces no sabía que él estaba casado y tenía hijos. Al principio, nuestros mensajes eran del tipo ji, ji, ja, ja. Fue él quien, poco a poco y tímidamente, empezó a mandarme mensajes más subidos de tono. Más que fotos o vídeos, lo que hacíamos era escribirnos mensajes guarros. La foto de la polla vino después, evidentemente. Lo nuestro era más del tipo: «¿Sabes qué estoy pensando? Me pones a cien, si estuvieras aquí te comería toda, cuando te vea lo primero que haré será…».

Creo que aquí también influye la edad: los hombres mayores suelen ser más diestros. Pero al fin y al cabo, ¿qué significa follar bien? Quizá para unos signifique una cosa y para otros algo totalmente distinto. Él hablaba de un modo abierto, tanto de sus experiencias como de sus fantasías. Me gustan los hombres que te calientan diciéndote guarradas y luego las cumplen. Nada que ver con el sexo mecánico.

En el lado opuesto están los hombres que solo buscan su orgasmo y que ponen todo el foco en su pene. Conocí a un argentino a través de Tinder que tenía mucha prisa por quedar y la misma noche que nos conocimos nos liamos. A veces pienso que este chico tenía doble personalidad o algún tipo de trastorno mental porque alardeaba de ser abierto y sexual, pero a la hora de la verdad tenía actitudes muy machistas. Este pavo era el claro ejemplo de lo que significa «sexo falocéntrico». Follamos varias veces y jamás me comió el coño y que conste que se lo pedí, pero decía que le daba grima. Tampoco iba a obligarlo. Ahora bien, él sí quería que yo se la chupara. Además, era el típico hombre que folla bombeando.

Me considero una mujer generosa en la cama. ¿Cómo hay que ponerse? ¿Qué hay que hacer? Venga, pues adelante. Recuerdo la primera mamada que le hice. «Enséñame cómo te gusta, quiero que te corras del gusto». Nunca he tenido reparos en este sentido. Y eso que cuando teníamos veinte años hacer mamadas se consideraba de guarrilla.

A mí si me preguntas cómo son las pollas de los hombres con los que he estado no te lo sabría decir, y no es porque no las haya mirado. Seguramente mi abuela no miraba la polla de mi abuelo, pero yo sí. Las miro, pero no me fijo. No sé por qué están tan obsesionados con este tema los hombres. Supongo que se debe a su instinto competitivo.

Antes hablaba más de sexo con mis amigas, ahora no tanto. Prefiero hablar de mil cosas antes que de hombres. Gracias a Dios, con la edad, me han dejado de preguntar. Ahora piensan: «A esta ya no la casamos y no va a tener hijos», y me dejan en paz. La presión social que sufrimos las solteras con el tema de la pareja y los hijos es muy fuerte.

Te pondré un ejemplo, soy la chica de los ejemplos. Hace unos diez años, salí una noche con una pareja de amigos. Total, que estaba bailando en la pista y, de repente, aparece un chico que iba colocadísimo. El tipo empieza a mirarme y, poco a poco, se me va acercando. No le dije «vete a la mierda, baboso» porque no es necesario ser maleducada, pero le ignoré. Entonces mi amigo empezó a insistir. «¿No te gusta? Mira, te hace caso. Para una vez que quieren ligar contigo…, aprovecha. Líate con él». Yo miraba a aquel tipo y pensaba: «No me gusta». Pero mis amigos no paraban de insistir. «¿No te gusta? ¿Y qué más da? Dale una oportunidad». Al final le besé para ver si sentía algo, pero nada del otro mundo. Y mis amigos erre que erre. Así que decidí llevármelo a casa. Recuerdo que íbamos en el taxi y cada vez que se dirigía a mí me llamaba Carolina y yo: «Que no me llamo Carolina». Me partía de risa porque si algo bueno tengo es que suelo tomarme estas situaciones con humor. Ya sabía que no era el hombre de mi vida, ¡qué más daba que se equivocara con mi nombre! Resumiendo: llegamos a casa y nos enrollamos. Fue un polvo nefasto, por supuesto. Y aunque el tío no quería quedarse a dormir se quedó frito en mi cama. A la mañana siguiente, cuando nos despertamos, lo miraba y pensaba: «Lo de anoche fue un error».

¿Por qué lo hice? Por la mierda de la presión social. Como no ligas nunca, el día que lo haces tienes que aprovechar y echar un polvo. ¿Por qué? Este polvo me lo podía haber ahorrado. Me arrepiento de haber caído en esa presión.

¿Sabes qué me pone cachonda a mí y es contradictorio porque mis principios me lo prohíben? El porno. Y ahora te voy a hacer una equiparación que quizá te parezca horrorosa. Nunca había ido a ver una corrida porque el toreo iba contra mis ideas, pero hace unos años unos amigos me regalaron unas entradas para ir a ver a José Tomás. ¡Y me flipó! El toreo tiene algo magnético que te atrae, no podía apartar la mirada. Pues hay determinado porno que me produce el mismo efecto. Quizá mi cabeza lo rechaza, pero mi cuerpo se pone cachondo. Creo que hay que separar la ficción o fantasía de lo que es moralmente aceptable en la vida real.

Lo ideal sería que las personas tuviéramos un imaginario sexual donde nos pusieran cachondas cosas distintas, no la violencia o la humillación de las mujeres. Me da por pensar que estas escenas son muy de siglo XX y XXI. Dudo mucho que hace cien años la escena del porno agresivo estuviera presente en la mente de la gente. En aquella época la simple visión de un tobillo se consideraba erotizante. Ahora hemos llegado a un punto de exposición y exhibición que quizá sea enfermizo. Creo que este es un tema importante: cómo el porno influye en el comportamiento de los hombres en la cama y también con muchas de las ideas preconcebidas que tenemos las mujeres.

¿Sabes otra cosa que me encanta? El sexo anal. Tampoco lo hago con todo el mundo, solo con algunos. Creo que para que haya buen sexo anal es determinante el grado de confianza que tienes con la otra persona. Porque si no te lo hacen con

cuidado pueden causarte un desgarro, y yo no quiero acabar en el hospital. Pero me gusta, me gusta. Creo que a muchas mujeres les gusta, pero no lo reconocen abiertamente y, fíjate, estoy segura de que si le hicieras esta pregunta a abuelas de setenta años te llevarías una sorpresa, porque antes no había condones y la gente lo hacía por detrás para evitar embarazos. Lo que a mí me ha pasado con varios chicos es follar media docena de veces y en el momento en que te la mete por detrás, adiós muy buenas. Sí, sí. Te lo juro. ¿Es casualidad? No lo creo. Esto me hace pensar en las advertencias que te hacían cuando eras pequeña: «No te dejes, que en cuanto consiguen lo que quieren pierden el interés».

Cambiando de tema: ¿Te has fijado que en Tinder hay mucho hombre casado? Gracias a esta aplicación ellos pueden desquitarse y mientras que sus mujeres críen a los niños, llenen la nevera y los acompañen a las cenas con el jefe.

Justo aquí tengo un libro que analiza cómo funciona Tinder. Se titula *El algoritmo del amor*. Es de una periodista francesa, Judith Duportail, que explica que el algoritmo de Tinder es machista. Cada usuario tiene una nota, que él no ve, por supuesto. Te la adjudican en función de tu «deseabilidad». Analizan tu aspecto físico, tu poder adquisitivo y otros datos tuyos en Facebook u otras redes sociales, y con toda esta información te puntúan. Y aunque digan que los algoritmos son inocuos, no es cierto. El algoritmo es una herramienta que diseña alguien para que la aplicación sea de una determinada manera. Y si el algoritmo dice que a los hombres de cuarenta años con una carrera y cierto poder adquisitivo solo se les mostrará mujeres más jóvenes, con menos formación y un sueldo inferior para que ellos se sientan superiores, ya me dirás.

En Tinder soy una paria: mayor de cuarenta, con carrera y también varios másteres del universo, que encima cobra un buen sueldo. Me lo abrí en 2013 para ligar. Miento. Quería encontrar el amor de mi vida. Y como en las discotecas no ligaba y los círculos de amigos ya los había agotado… Anteriormente, me había apuntado a cursos de idiomas, de cocina, de lectura. También había viajado sola y había hecho un montón de actividades donde podría haber conocido a algún hombre.

El problema es que vayas donde vayas todo son mujeres. Los hombres son unos rancios, no hacen nada solos. Además, son muy comodones. Por eso me abrí Tinder, pero requiere una inversión de tiempo tan grande que, al final, me harté. El día que te sale un match te sube la moral, pero si pasas uno o dos meses invirtiendo tiempo y esfuerzo, tratando de quedar con gente y no te sale nada, es muy pero que muy frustrante.

Yo ya no quiero tener novio. El otro día se lo comentaba a mi madre, que siempre está con el mismo tema de conversación. «Mamá, ¿para qué quiero yo a un señor al que voy a tener que cuidar. Yo cuido de mí misma y ya». Porque en general los hombres son unos inútiles para la vida diaria. Necesitan a alguien que les haga la comida, que les lave los calzoncillos y les planche las camisas. Pues mira, no. Que te saque los mocos tu abuela. Y total, ¿para qué? Para un polvo mal hecho. Paso. La maternidad la descarté cuando cumplí los cuarenta. Hasta entonces todavía aún albergaba la esperanza de formar una familia. Y este sentimiento genera mucha insatisfacción, frustración y lágrimas. Hasta que llegas a un punto en que dices: «¡Pues ya está!» Este es mi caso. Ahora ya no lo deseo.

Estaría bien tener a un hombre para el sexo, el afecto, la compañía e incluso para ir al restaurante o viajar, porque en pareja estas cosas son más fáciles. Ahora bien, para todo lo demás, Mastercard, que decía el anuncio.

ESTEFANÍA

48 años, poliamorosa, dos hijos

«Soy capaz de estar con cualquier persona que me atraiga intelectualmente, independientemente de su género e identidad sexual. A mí me ponen las mentes. He estado con chicos jóvenes, con mujeres, con transexuales».

Conocí a mi marido a los quince años. No fue mi primer novio, pero sí mi gran amor. Perdí la virginidad con él. Fue un polvo espectacular. Al terminar la universidad nos casamos. Tuve la boda que siempre había soñado: vestido en plan *Sissi emperatriz*, doscientos invitados y vals incluido. Tres años después nació nuestra hija y al cabo de otros dos, el niño. Un par de fines de semana al mes los dejábamos con mis padres. Los abuelos contentos, los niños contentos y nosotros contentos. Mantener la intimidad de la pareja era vital para nosotros.

Mi marido es muy sexual. Yo no podría estar con alguien con quien no tuviera buen sexo. Creo que si él y yo seguimos disfrutando del sexo después de más de veinte años es porque tenemos muchas maneras de hacer el amor; este es el secreto. Si a las once de la noche de un día entre semana nos da el calentón, hacemos uno rapidito. Luego está el polvo del sábado por la mañana, con todo el día por delante, desayuno y copa de cava si hace falta. Nuestro sexo se adapta al momento. Es variado y siempre divertido.

Hace cinco años mi marido me propuso salir a cenar. Yo necesitaba hablar con él: hacía dos meses que me enrollaba con otro hombre. Nunca antes le había sido infiel, y se lo quería contar. Primero, porque sabía que no pasaría nada. Y segundo, porque él es mi mejor amigo. Cenamos y en los postres me dijo que necesitaba confesarme una cosa. «Es algo muy gordo. Me ha pasado toda la vida». «Dime, dime». «Soy bisexual». «¿Ah, sí?». «Sí. ¿No te importa?». «No. ¿Por qué tendría que importarme?». «A ver, nena, céntrate. ¿Sabes lo que significa?». «Sí, te gustan los hombres. A mí, también». «Escúchame. Tengo que contarte que en estos veintiocho años que llevamos juntos me he acostado con diez tíos».

Aquí empezó un bucle de «perdóname» sin fin. Lo detuve y le conté lo mío. Pagamos la cuenta y salimos del restaurante. Él pensaba que yo iba a dejarlo, pero yo quería estar con él. Nos pasamos la noche caminando y hablando. En la conversación se mezclaba el «lo siento» con el «¿cómo has podido hacerlo?». Llegamos a casa a las tres de la madrugada. Mi marido me preguntó si me daba asco pensar en él de ese modo. Le contesté que no y añadí que en realidad me gustaría verlo. Me respondió que estaba loca. A los dos minutos le dije: «Es cierto. Lo que de verdad me gustaría es estar ahí». Fue una catarsis en toda regla. Supongo que de algún modo nuestros

inconscientes se encontraron. Aquella noche hicimos el amor de un modo pasional e intenso. Estuvimos un año y medio haciéndolo a diario. Creo que necesitábamos ese momento de conexión e intimidad para que todo se ajustara a su debido lugar.

Hasta esa noche yo me consideraba heterosexual. Hoy me defino como pansexual. Soy capaz de estar con cualquier persona que me atraiga intelectualmente, independientemente de su género e identidad sexual. A mí me ponen las mentes. He estado con chicos jóvenes, con mujeres, con transexuales. No tengo ningún problema. Mi única barrera es una persona corta de miras. Si te permites descubrir tu sexualidad ratificas que eres muchas personas a la vez. Toda mi vida había tenido sueños lésbicos y cuando mi marido me confesó su bisexualidad me dio por pensar que aún nos quedaban muchas opciones por explorar.

Y que conste que mi marido es bisexual, no promiscuo, que es distinto. Jamás me ha engañado con una mujer y de los hombres con los que ha estado no sabe ni el nombre. Han sido polvos en una sauna o en una zona de *cruising*; sexo descarnado. Me supo mal que su experiencia hubiera sido así de sombría y también que se sintiera culpable. «¿Por qué no probamos a estar con otro hombre?», le dije.

Pusimos un anuncio en internet. «Pareja bisexual busca persona para jugar en la cama». No contestó ni una mujer, pero salieron hombres de debajo de las piedras. Ten en cuenta que escribimos el anuncio en catalán y recibimos centenares de ofertas. Hombres que desean ver a su mujer follando con otro, sumisos que quieren ser azotados, incluso nos ofrecieron hacerlo con una cabra. Yo alucinaba. Nosotros buscábamos a un hombre que fuera bisexual; los hay a patadas. Seleccionamos a los que nos gustaron y comenzamos a chatear.

Lo primero que me preguntaban casi todos es qué me pone caliente. A mí me excita ver a dos hombres besándose. Si me contestaban que nada de besos, los descartaba. Yo también les hacía una serie de preguntas que me servían para pasar el filtro. Por ejemplo, su profesión. La ortografía era otro filtro clarísimo. También hacía preguntas más concretas. ¿Qué te gustaría hacer con él? ¿Qué harías conmigo? Me servían para descartar a los tontos y a los pervertidos. Si pasaban el filtro quedábamos para tomarnos un café y si surgía pues surgía. Y, sí, surgía.

La primera vez que hicimos un trío con otro hombre fue en un club de intercambio. No sabemos ni su nombre. Fue pim pam. Sirvió básicamente para romper el hielo. La segunda vez, fue a través de una página de contactos. Era un chico joven, matemático y superinteligente que estaba de vuelta de todo. Primero follamos y luego nos fuimos a cenar. Fue divertidísimo. Repetimos varias veces. Lo habitual cuando estamos con otra persona es que lleguemos a casa con tal subidón que volvamos a hacerlo los dos solos. Los seis primeros meses follamos sin parar. Recuerdo que en una semana lo hicimos con tres tíos distintos. En casa cuando nos ponemos, nos ponemos.

Además de hacer tríos decidimos abrir la pareja, pero sin complicarnos la vida. Entre nosotros no hay secretos, como amigos que somos nos lo contamos todo. Esta es nuestra única regla. Y también nos pedimos permiso en caso de verlas venir. Durante un tiempo tuvimos aventuras los dos juntos y también cada uno por su lado. Hasta que un día mi marido me dijo que había conocido a alguien. Vi enseguida que allí había algo. Hacía unos ojitos… Mi marido me pidió permiso para liarse con él. Se

lo di, por supuesto. Unos meses después quiso presentármelo, así que fuimos los tres al cine. Es gracioso. La película se titulaba *La vida libre*. Era lenta a más no poder, no terminaba nunca. Mi marido estaba muy tieso, pero nosotros dos conectamos desde el minuto uno, y empezamos a hacerle mimos a la vez. Y, de repente, esas caricias que ambos le estábamos prodigando pasaron a darse entre nosotros dos. Aquella noche saltaron chispas. Yo no entendía nada. ¿De verdad eres gay? Estuvimos hasta las tres de la madrugada contándonos vida y milagros.

La siguiente vez que quedamos fuimos a un local de ambiente y les pedí que se besaran. Después, él me besó a mí. Le acribillé a preguntas. ¿Qué pasa aquí? ¿Eres gay o no? ¿Hay algo que no harías nunca? Recuerdo que me soltó: «Me gustas mucho, pero creo que no te penetraré nunca». «Dicho así seguro que no», le respondí. Nos partimos de risa. Estoy por hacer camisetas con esta frase. En fin. Pasaron los meses. En verano nos fuimos los tres de vacaciones; fue la bomba. Descubrimos que lo pasábamos muy bien juntos. Aquí él ya empezó a decir: «Quizá no soy tan gay como pensaba». A mí que él sea gay no me suponía —ni me supone— ningún problema. Simplemente no quería que hiciera ni dejase de hacer nada por mí. Quería que fuera él mismo. De eso han pasado cuatro años, y aquí seguimos.

Yo definiría nuestra relación como una tripareja abierta. ¿Lo nuestro es poliamor? Creo que sí. El poliamor defiende que puedes querer a dos personas al mismo tiempo y tener una relación sexoafectiva con las dos. Este parámetro lo cumplimos. Lo que no se cumple tantas veces en el poliamor es que la «pareja» sea un triángulo, por eso lo llamamos «tripareja».

Nuestros hijos lo aceptaron sin problema. La niña, que entonces tenía diecisiete años, preguntó un día por él. «Aparece mucho por casa últimamente. ¿De qué va esto?». Pensé que era el momento oportuno para contárselo y le expliqué que era nuestra pareja. «¿De quién?», preguntó. «De los dos», contesté. «¡Guau. Qué chulo. Es supermajo!». Al cabo de un par de días se lo comentamos a su hermano. Quiso saber si estábamos bien. Le dijimos que sí. «¡Pues de coña!», contestó. Entonces mi marido le preguntó: «¿Entiendes que soy bisexual?». El niño contestó que no hacía falta ser muy listo para llegar a esa conclusión. «¿Te parece bien?». «A mí no me ha de parecer nada», fue su respuesta. De la gente de mi entorno hay quien lo sabe y quien no. Se lo he dicho a mis compañeros de trabajo y también a algunos amigos. Incluso mi suegro está al corriente. Mi marido se lo dijo; se lo tomó fatal. Yo intenté decírselo a mi padre, pero él no quiso saber nada del tema. El resto de la gente me importa poco. Tengo ganas de salir del armario, y a quien no le guste que no mire.

Hay gente a quien nuestra relación a tres bandas le sorprende, por eso no les digo que además es abierta; explotarían demasiadas cabezas. Muchos te advierten: «Ve con cuidado, que no se enamore de otra persona y te deje». A las chicas nos han enseñado que las otras mujeres son malas, malísimas, y nuestras peores enemigas: madrastras, hermanastras, putas, brujas. Partiendo de esta premisa si compartes a tu hombre con otra persona estás a la expectativa de ver por dónde te va a joder. Pero si bajas estas defensas no te pueden joder por ningún lado. Y si te joden tampoco pasa nada. Será que no hay gente en el mundo que deja a su pareja por otra persona sin necesidad de tener una relación abierta o poliamorosa; puede ocurrirle a cualquiera. Las parejas rompen todos los días. En los cuatro años que llevo de

relación poliamorosa uno de mis compañeros de trabajo se ha casado, ha sido padre de gemelos y se ha separado. En cambio, nadie daba un duro por nosotros tres, y aquí estamos. Las cosas van como van. No creo que ser monógamo o poliamoroso te asegure la felicidad absoluta.

¿Sabes qué ocurre? Muchas de las ideas preconcebidas que tenemos acerca del sexo son fruto del heteropatriarcado. Por ejemplo: una mujer bisexual es como un unicornio rosa, alguien único y muy buscado, porque la mayoría de los chicos sueñan con montárselo con dos chicas. En cambio, un tío bisexual es un pervertido y un enfermo, porque un tío «de verdad» jamás estaría con otro tío. Yo pienso que todas las personas somos iguales y que a cada uno le gusta lo que le gusta.

Otro ejemplo: a las mujeres nos han educado para que no nos guste el sexo, pero al mismo tiempo nos han dicho que debemos ir con cuidado para que nadie nos lo «robe». Si el sexo fuera algo físico, como un peine, no lo entenderíamos. O sea, se supone que tú no quieres ese peine, pero al mismo tiempo has de evitar que nadie te lo robe. No hay por dónde cogerlo.

¿Por qué tengo que vivir limitada por unos modelos de conducta que ha impuesto la religión y el hombre blanco heterosexual? Deberíamos darle un mazazo al sistema de valores y derribar estos conceptos que nos han impuesto como norma cuando en realidad no son más que una ficción abstracta. En mi caso, ha sido así. Antes, cuando una mujer flirteaba con mi marido yo empezaba a bufar como un gato. Ahora, en cambio, la miro y pienso: «Adelante». Más de una ha venido a darme un abrazo. «¿De verdad que no te importa?». Cuando dejas de pensar en tu marido como una prenda, un regalo que Dios te ha dado para ser feliz, lo ves todo desde un prisma diferente. A mi marido lo veo como a mi compañero de vida, pero al mismo tiempo como a un ser humano independiente.

Antes de aquella mítica cena, nosotros siempre habíamos dicho que si el otro nos fuera infiel nos moriríamos. «Tú eres mi única mujer. Tú, mi único hombre». Teníamos el típico juicio intolerante basado en el miedo. Jamás nos planteamos que algo así pudiera ocurrirnos. Aunque, los hombres siempre han sido infieles y las mujeres también. ¿Con quién, si no, han podido serlo?

Para mí el problema de base de muchas parejas es que no son amigos, es algo que tienes o no tienes. Hay gente que vive con su pareja y la desea, pero no son amigos; no se lo cuentan todo. Esta es la gente que se separa y se convierte en enemigos. Cuando tienes confianza y amistad verdadera con tu pareja lo compartes todo, sin miedo. Y pienso que esta es la base para que la relación funcione. Hay mujeres que se ponen cachondas con otros hombres que no son sus maridos. La única diferencia entre ellas y yo es que yo tengo la confianza para decírselo al mío.

La monogamia es una construcción social basada en la mentira. Corrijo. La monogamia no está basada en la mentira. Está basada en el dominio del hombre sobre la mujer. Al heteropatriarcado le interesa tener a una mujer honorable en casa, cocinando y limpiando. Y fuera de ella, a otra que huela bien y tenga ganas de sexo, y justamente si tiene ganas de sexo es porque no ha tenido que cocinar ni limpiar. En el momento en que construyes una relación desde el feminismo y la igualdad, la relación se abre de un modo más fácil. No porque des preponderancia a la mujer, sino porque la equiparas al varón. El tema de los roles hombre-mujer tiene mucha

tela.

A mí el feminismo actual me parece un poco de estar por casa, la verdad. Creo que deberíamos ir un poco más allá. Las mujeres hemos de aprender a follar sin más, hemos de aprender a decir qué queremos, cómo y cuándo. Porque todavía persiste la idea de que el sexo ha de ser bonito y, sinceramente, no creo que sea necesario. Cada uno elige libremente cómo quiere que sea. Todas las sexualidades son igual de válidas. Esta idea de que el sexo es mejor si estás enamorado me parece anticuada. Puedes tener buen sexo sin que haya amor de por medio.

Nosotros, con esta tercera persona hemos sido capaces de construir una relación de amistad más allá del aspecto sexual. A veces ocurre que él y yo comenzamos a hablar sobre lo que haremos por la noche y luego mi marido no tiene ganas. «Venga, vamos a animarlo», pero no se anima. «Haced vosotros y dejadme en paz». Es divertido. Cuando hay confianza y estás cómodo todo es más fácil. Podemos estar los tres en la cama y liarnos solo dos, sea en la dirección que sea, y no es un problema. Evidentemente, episodios de celos e inseguridades hemos tenido, igual que cualquier otra pareja. Básicamente son problemas de gestión del tiempo.

La vida es complicada: entre el trabajo, la casa y los niños andamos escasos de tiempo libre. Por eso uno de los pactos que tenemos es que siempre que podemos estar los tres juntos estamos los tres juntos. Y esto lo aplicamos tanto en la cama como en la vida diaria. Además, entre nosotros no hay jerarquía. El hecho de que dos estemos casados no significa que nuestra opinión cuente más. Los tres tenemos voz, de no ser así no funcionaría. Lo cierto es que aprendemos a base de hostias porque al no tener referentes, no nos queda otra que el ensayo-error. Tengo un amigo que dice que lo nuestro ha sido posible porque los tres somos inteligentes, buenas personas y tenemos ganas de disfrutar.

Personalmente, creo que a mí me ha llegado en el momento vital adecuado. Quizá de haberse dado antes no hubiera sabido llevarlo. Toda la vida he tenido a un montón de hombres tirándome los tejos. Antes les decía: «Tengo marido, no puedo, blablablá», era casi un mantra. Hasta que un día me dejé llevar. ¿Por qué? No lo sé. Lo cierto es que siempre había tenido esa espinita clavada. ¿Mi marido será el único hombre de mi vida? Lo quiero mucho, pero aquella idea me parecía un poco triste. Por eso creo que todo llegó en el momento oportuno, cuando yo pude manejarlo.

Jamás he tenido problemas para ligar, pero últimamente he descubierto que soy una mujer muy sexy. Puedo ir a un local donde hay chicas que parecen modelos y ligar sin despeinarme. Y creo que esto se debe, en parte, a mi personalidad. Yo estoy a gusto en mi piel. ¿Me gustaría pesar quince kilos menos? Sí. Pero sería igual de feliz con quince kilos de más. No me gusta hablar de lo que es bonito y lo que no, porque al final son estereotipos. Yo en la época de Rubens hubiera sido un bomboncito.

Bel Olid es una escritora que lo explica muy bien. Lo mejor en esta sociedad es ser un hombre, joven, heterosexual y cisgénero. Si no cumples alguna de estas características tienes un defecto. Y siempre que sea solo uno, no hay problema. Por ejemplo, eres mujer: tienes un defecto. Eres una mujer negra, ya son dos defectos. Además eres lesbiana, ya son tres. Vieja, cuatro. Y si eres transgénero te llevas el pack de defectos completo. Lo mismo pasa con la belleza física. Un hombre que no

tiene un cuerpo normativo puede ser igualmente atractivo, pero ¿qué ocurre con las mujeres? Tienen que ser delgadas y de unas proporciones determinadas. Un hombre cojo puede ligar, pero una mujer coja lo tiene más difícil. Lo mismo pasa con las calvas.

Yo no soy una belleza al uso, sin embargo no estoy acomplejada. ¿Sabes cuál fue mi gran complejo? Tener una línea alba muy marcada. Esta marca oscura, que va desde el ombligo al pubis y que suele aparecer en el embarazo, yo la he tenido desde que era muy joven. Este fue mi gran trauma cuando era adolescente. Lo superé rápido, o lo hacía o no me podía quitar las bragas. Esto respecto a mi cuerpo. Referente a mi personalidad diría que fui una chica miedica, hasta que dejé de serlo. Con mi marido hicimos un curso de PNL —programación neurolingüística— y a partir de aquí me liberé de algunos traumas que arrastraba desde hacía años.

Por eso la gente que critica nuestra relación me importa un pimiento. Quien me conoce bien sabe que soy buena persona. Jamás le he hecho daño a nadie, al menos queriendo. De hecho, cuando alguien me lo ha hecho a mí ni siquiera se la he devuelto. ¿Para qué? Solo de pensarlo me da pereza. Tengo algún conocido que cuando se ha enterado de lo mío se ha llevado las manos a la cabeza. Supongo que me tiene por una enferma del sexo. Hay quien me ha preguntado si nos pasamos el día follando. ¡Claro, todo el día sin descanso. No voy al trabajo desde hace cuatro años y los niños no sé dónde están! Me da la risa. La ignorancia hace que la gente especule con una facilidad alucinante. Si las personas no creyeran que hay una única manera de vivir el sexo y el amor, no se juzgaría a nadie porque todos seríamos «normales».

La verdad es que no esperaba acabar siendo poliamorosa o teniendo una tripareja. Y jamás pensé que se pudiera querer tanto a una persona sin dejar de querer a la primera; no me entraba en la cabeza. Por eso entiendo que a la gente le cueste. Todo lo que nos han enseñado va en la dirección opuesta. En cuanto a otras maneras de querer, nuestro imaginario es inexistente. Tanto a hombres como a mujeres nos han creado a medida del heteropatriarcado, de este modo controlan lo que pensamos y lo que queremos. Sobre todo, a nosotras. ¿Y sabes lo que te digo? Tener complicidad en la cama es chulo, pero tenerla en el día a día es alucinante, y nosotros nos queremos mucho. Y aunque me gusta la idea de tener una relación abierta, la realidad es que llevamos cuatro años siendo monógamos. Porque hasta el día de hoy no hemos tenido la necesidad de estar con nadie más. Si surge algo y tengo ganas, lo haré, pero no me voy a obligar a ello.

Mira, hasta que cumplí los cuarenta y tres años solo me había acostado con una persona: mi marido. En cambio, en estos últimos cinco años he tenido sexo con una treintena. Desde que abrimos la relación, he tenido algunos rollos. Y con mi marido hemos hecho varios tríos y también participado en algunas orgías. El sexo en grupo es maravilloso. No sabes qué te hace cada uno, y esa sensación mola cantidad. Todos al servicio de todos, sin jerarquías. Siempre desde el respeto absoluto y la completa seguridad de que todos usan medidas de protección. Siempre desde la ternura y la certeza de que puedes decir no en cualquier momento.

Me considero exhibicionista y también voyeur. Más allá de eso no tengo ningún fetiche, y tampoco filias. Lo que sí me ocurre es que me obsesiono por algo durante

una época. He tenido fases en que me gustaba jugar con el culo del otro y fases en que me gustaba que jugasen con el mío. He pasado épocas en que solo quería que ellos estuvieran quietos y hacerlo todo yo y épocas en que prefería quedarme quieta y que me enseñaran ellos lo que sabían hacer. En estos momentos me gusta que jueguen con mis pechos: que los toquen, los chupen, los muerdan. Me encanta y a mi segunda pareja, también. A veces me pide que haga la cena sin sujetador, y jugamos. El cuello también es una de mis zonas erógenas. Simplemente que me recojan el pelo puede ser un detonante. O que me rasquen la espalda y bajen la mano hasta el culo. Ese momento en que te encuentras el dedo ahí sin saber muy bien cómo.

Últimamente también me pone que me hagan jugar con la polla. Que me la metan en la boca y a mitad de la mamada me la quiten. Ahora nos ha dado por ahí. Cada uno tiene su picardía, y es muy divertido. Por no hablar de los besos. Besar es un talento divino. Y ver besándose a alguien es muy excitante.

Te voy a regalar una imagen. Yo he estado con mis dos parejas en la cama haciendo una doble penetración. Nada que ver con las de las películas porno. Los dos por la vagina. Los dos están deseando tocarse y yo estoy en medio. Tienes la sensación de que el que está encima también quiere estar debajo y al revés. Es muy guay. Y además, como están de cara, se han besado. ¡Es brutal! No necesito nada más.

Lo único que no soporto es que se corran en mi boca. Lo que sí me gusta es que mi marido se corra en la boca de mi segunda pareja y que él me lo pase a mí con un beso; me parece divertido. Ellos siempre se ríen de mí, de las cosas que se me ocurren. La verdad es que me quedan pocas burradas por hacer. Este tipo de juegos solo puedes hacerlos con alguien con quien tienes mucha confianza. Nosotros la primera vez que echamos un polvo de campeonato los tres juntos flipamos en colores. Nunca había experimentado una conexión parecida; sentí vértigo. Es gracioso porque ahora cuando follamos tengo que decir las frases en plural. ¡Os quiero! ¡Qué guapos sois! Antes, cuando me corría gritaba: «Tuyo, tuyo», en plan «no pares». Ahora tengo que cambiar y decir: «Vuestro, vuestro». Ellos se parten la caja conmigo.

Muchas mujeres no se corren porque tienen bloqueos mentales y muchas otras porque les dicen que no tienen por qué. Yo sí que pienso que es importante correrse cuando se tienen relaciones sexuales. Si no tienes un orgasmo, ¿tendrás ganas de tener sexo la próxima vez? Hay que cambiar esta mentalidad. El subidón hormonal que te da un orgasmo es importantísimo. Yo no he fingido un orgasmo en la vida. Si lo hiciera, mis parejas me pillarían al momento. A veces, cuando estoy a punto les grito: «Si paráis, os mato». Es que en ese momento te viene de un segundo, y yo si no me corro cojo dolor de cabeza.

Esta idea de que con la menopausia se termina el sexo es mentira. La sequedad vaginal, otra patraña. Lo importante es saberse estimular a una misma. Todavía hay muchas mujeres que desconocen el funcionamiento de su vulva. Hay mucha ignorancia sobre este tema. Sabemos que en la luna hay agua, pero desconocemos de dónde sale el líquido que expulsa la vagina cuando nos corremos porque no hay estudios.

Las mujeres hemos evolucionado mucho, pero la transnacionalidad de la violencia

ejercida por el hombre sigue existiendo. Hay que cargarse esto. Los hombres no solo nos violan, sino que además nosotras debemos sentirnos mal por ello, como si nos hubiéramos dejado violar, y no es así. Si te paras a pensarlo verás que es muy manipulador este concepto. Y siniestro. Es decir, para que tu cuerpo sea deseable y penetrable —si alguien lo quiere violar— tienes que ser alguien que no quiere sexo —puedes sentir rabia, asco, odio, pero no culpa—. En el momento en que una mujer admita que le ha pasado y no le dé más importancia, se acabó el problema. Sé que suena fuerte, pero es así.

Deberíamos dar con el modo de que una mujer que ha sido penetrada sin querer siga adelante sin estar traumada para toda la vida. No sé cómo se hace. Ojalá lo supiera. Es duro y es complicado, pero ¿por qué culpabilizamos a la víctima? En cierta medida, para la sociedad esta chica ha sido mancillada. Porque más allá del dolor físico, la violación conlleva una carga mental y social que deja a las mujeres sumidas en el peor escenario. La sociedad ve a estas chicas como deshonradas, pero ¿de quién es el honor del que hablan? ¿De ella o de algún hombre, ya sea su padre, su hermano o su novio? No sé cómo se hace, pero pienso que si terminamos con esta idea que asocia el sexo de la mujer con la honra conseguiremos salvarnos.

Evidentemente, todo violador ha de ser condenado. Y creo que las penas, para terminar de una vez por todas con esta lacra social, deberían ser superiores a las actuales.

Hay que luchar por el feminismo. Un feminismo inclusivo. Las mujeres debemos unirnos. Nosotras no haríamos ninguna guerra. No imagino a una mujer que mandase a sus hijos a la guerra. Y también hay que dar voz a las nuevas masculinidades. A mi marido le han llegado a decir que es un desviado. ¿Sabes qué te digo? ¡Vivan los desviados!

LOLA

42 años, separada, dos hijos

«Lo más surrealista que me ha ocurrido es ponerle agujas en la polla a un tío y que él tenga una erección de tres pares de cojones. Esto es una de las cosas que más me apasiona de la sexualidad, y sobre todo del BDSM, que cada persona es un mundo y con cada persona empiezas de cero».

Mi relación con el sexo comenzó siendo muy represiva. Ahora estoy en el otro extremo. Para mí el sexo es parecido a comer patatas chips. Si no abres la bolsa, no pasa nada, pero en cuanto te comes la primera patata ya no puedes detenerte. Quieres más y más y más.

Vengo de una familia muy religiosa: soy chica de catequesis y confirmación. Hasta que no llegué a la universidad no salí con ningún chico, y el primero con el que me lie acabó siendo mi novio durante seis años. Tuve relaciones sexuales con él porque «tocaba», y después de hacerlo me pasé una semana llorando. Primero, porque no me enteré de nada. Y segundo, porque me sentía una puta.

Mi madre me había transmitido la idea de que como mujer era mi responsabilidad cumplir en la cama y como yo no disfrutaba pensaba que lo hacía mal. La realidad es que él era un maltratador, igual que lo era mi padre. Este fue mi inicio sexual. Al dejarlo tuve clarísimo que no quería volver a ser una puritana y me di al libertinaje. Me follaba todo lo que podía. En una ocasión estuve con tres tíos el mismo día. Tenía veintiséis años y cero manías. Aun así, seguía sin disfrutar del sexo.

Entonces conocí a mi exmarido y, poco a poco, me vi metida en la típica relación romántica convencional. «¡Qué bien! Al fin he encontrado al amor de mi vida». No me importó renunciar a mi sexualidad y a mi libertad por él. Nos casamos, tuvimos a los niños y, oh, sorpresa, se acabó el sexo. Le sucede a muchos matrimonios. Si solo te enfocas en el rol de madre o padre dejas de ser amante y pareja, y adiós al deseo. Tenía a dos hijos pequeños en casa y trabajaba fuera. Me daba igual si tenía sexo o no, pero cuando el menor cumplió tres años algo se despertó en mi interior. Me preguntaba: «¿Quién soy?».

Traté de hablar con mi marido de lo que me ocurría, pero él no quería saber nada del tema. Y cuando se lo comenté a mis amigas me encontré con que ellas estaban en el lado opuesto al mío; lo habitual es que los maridos quieran sexo y las esposas no. Me sentía rechazada y mi autoestima estaba por los suelos. La última vez que mi marido y yo lo hicimos tuve la sensación de que lo estaba forzando, casi violando. Aquel día dije «basta». Decidí estudiar un máster en sexualidad, empecé a leer mucho sobre el tema, me apunté a un montón de cursos y talleres. Aquí fue cuando

me di cuenta de que yo era un bicho raro.

Abrí mi propia webcam con una empresa de porno amateur. De repente, había ochocientas personas viendo cómo me masturbaba. Y aunque no tengo un cuerpazo me sobra palique y desparpajo. Entonces no existía la variedad de juguetes que hay ahora, comencé a masturbarme con un cepillo de dientes eléctrico y lo peté. Descubrí que podía hacer *squirting* y los hacía en directo. Tener mi propia webcam me sirvió para conocerme mejor. Hacía lo que me daba la gana: me pellizcaba un pezón, me colocaba pinzas en los pechos, me metía el dedo en el culo. Todo esto lo hacía mientras los niños dormían. Mi marido estaba al corriente. Yo emitía desde el salón de nuestra casa mientras él leía en el dormitorio. Nosotros hicimos un pacto: yo podía tener sexo siempre y cuando fuera solo virtual. Pero llegó un punto en que sentía como si todo el mundo me deseara menos la persona con quien compartía mi vida. No me gusta etiquetar a la gente, pero creo que mi exmarido es asexual; él no necesita sexo en su vida.

En aquel momento yo estaba asistiendo a un curso de sexualidad y conocí a una chica que era sumisa. El BDSM enseguida llamó mi atención. Le propuse a mi marido ir a un local para explorar, pero él no quiso, y pactamos de nuevo: yo tendría libertad para hacer lo que quisiera fuera de casa, siempre y cuando se tratara de «sexo vainilla».

En BDSM llamamos sexo vainilla al sexo convencional. Se llama así porque se compara con una heladería. Hay gente que por más que le ofrezcan tres mil gustos siempre escogerá el vainilla, que es el sabor más pastel y clásico de todos. Aplicado al sexo es igual. A pesar de las mil opciones sexuales que existen hay gente que en la cama siempre hace las mismas cosas. Para que nos entendamos, el sexo vainilla sería el que tuvo tu abuela: es falocéntrico y está centrado en complacer a la pareja.

Yo quería probar el BDSM, así que hice una sesión con esta amiga y su pareja. Aluciné. Fue una catarsis total. El juego de roles me enganchó, pero supe inmediatamente que ser sumisa no era lo mío, yo quería ser «ama». Entré en un foro, di con un sumiso que buscaba una y empezamos a chatear. Yo le daba órdenes y él obedecía. Después me pasaba las fotos. Al principio era un juego muy inocente. «Hoy no comes con cubiertos. Hoy riegas las plantas de rodillas». Poco a poco, fui subiendo el nivel porque si algo me sobra a mí es imaginación. Al final terminé ordenándole auténticas locuras. «Durante las próximas veinticuatro horas bajarás a la mazmorra cada sesenta minutos y estarás diez minutos de rodillas y con pinzas en los pezones». Llevaba toda la vida haciendo lo que los demás querían y pensé: «¡Guau!».

Al cabo de un tiempo quedamos para conocernos personalmente. Este tipo tenía una mazmorra en el garaje de su casa de tres pares de cojones. A mano derecha, un minisofá con una mesilla. A mano izquierda, una silla de dentista para el rollo «medical». Y en el centro: una jaula, un columpio sexual y una cruz de San Andrés. También tenía un potro, el típico de gimnasio escolar. Hasta disponía de una grúa para atarlo y dejarlo suspendido, e infinidad de herramientas: látigos, palas, fustas, cuerdas, pinzas.

Cualquier persona que practique BDSM entra en un bazar chino y se corre. Al principio, esta parafernalia te sorprende mucho. Con el tiempo te das cuenta de que con cuatro paridas es suficiente. A mis sumisos los mando a comprar su fusta al

Decathlon. Allí tienen fustas de verdad, de las que hacen daño. Por Barcelona corre un taxista que todavía la debe llevar en el maletero. En mi casa tengo un arsenal alucinante de herramientas. Es imposible meterlo todo en la mochila, así que cuando salgo escojo qué me llevo. Soy una mujer muy práctica. En mi mochila llevo un vestido corto y sexy. También llevo pinzas; son mi fetiche. Otro indispensable es el *flogger*, un tipo de látigo que tiene muchas colas cortas. Y una pala para azotar. Estos son mis básicos.

Un ama puede ser ama incluso vistiendo pijama, lo que cuenta es la actitud. Lo mejor de este mundillo es que dejas de ser tú. Yo en cuanto me enfundo el vestido cambio el chip. Cada ama tiene su estilo, no todo el mundo tiene los mismos fetiches. Hacer lo que te sale de los ovarios es muy guay. Este es el problema de las profesionales: el papel se las ha comido. Al fin y al cabo, ellas cobran para satisfacer a sus clientes. La oferta y demanda es desproporcionada. Amos y sumisas los hay a patadas. Ahora bien, mujeres que sean amas o dóminas hay muy pocas en relación a la cantidad de sumisos que existen, porque hombres sumisos salen de debajo de las piedras.

Aquel día, nosotros empezamos a jugar en el comedor porque en cuanto vi la mazmorra me acojoné. Lo primero que hizo él fue arrodillarse y lamerme un pie. Fue brutal. Casi tengo un orgasmo. Ese día descubrí que también soy fetichista de pies. Si alguien me come los pies me pongo a mil. Tiene su lógica: en el cerebro, el dedo grande del pie y los genitales están muy cerca. El fetichismo de pies es un mundo aparte. Hay gente a la que le gustan los pies arreglados y los zapatos de tacón. Hay quien prefiere las uñas pintadas. Hay quien se pirra por la talla treinta y ocho y un puente alto. Y hay quien prefiere los pies estrechos. Conozco a una persona que usa la piel muerta que te sacas de los talones como queso para pizzas. Si algo te permite el BDSM es salir de la seriedad adulta, jugar a ser otra persona, incluso una mascota. Hay mucho fetichismo animal también. Gente que disfruta poniéndose en la piel de un perro o un gato.

En aquella primera sesión como ama me dediqué a ir viendo qué me gustaba hacer y qué no. Después, empecé a participar en fiestas de dominación femenina donde todas las dóminas son mujeres. Vivimos en un mundo patriarcal y en un local de BDSM encuentras a muchos amos que se creen con el derecho a juzgarte; es penoso. Incluso fuera del ámbito convencional el machismo es recalcitrante. En fin. En una de estas fiestas conocí a mi mentora. Una mujer increíble que enseguida me acogió bajo su ala. Estuve jugando a su lado tres o cuatro fiestas. Y a partir de aquí volé sola.

Mi mentora me enseñó que en el BDSM la seguridad es clave. Dentro de este mundo hay juegos muy técnicos que pueden ser peligrosos y hay que ir con cuidado. Otra de las cosas importantes que aprendí es que en el BDSM no pasa nada que no quieras que pase. Aprendí que hay personas que disfrutan con el dolor. Aprendí que hay personas que solo quieren mirar. Vi a gente que ata de un modo impresionante. Y también a gente que controla el látigo mejor que Indiana Jones. Salí de allí pensando: «Quiero saber hacer esto. Quiero que me tengan respeto».

Dentro del BDSM hay muchísima más gente de lo que parece. La mayoría, de treinta y cinco hacia arriba. Pienso que hay básicamente tres motivos por los cuales

la gente entra en este mundo. Primero, está la persona que siempre lo ha tenido dentro. «Yo de pequeño jugaba a indios y vaqueros y cuando me ataban me ponía como una moto». Luego, están los que entran desde el fetichismo. Hay gente que tiene fetiches con las botas, el látex, el cuero, los pies… y como el fetichismo tiene poca cabida en el ámbito del sexo convencional acaban aquí. Y finalmente hay gente que, como yo, entra en este mundillo por aburrimiento.

Empecé a ejercer de ama cuando aún estaba casada. Lo hacía con el consentimiento de mi marido, pero jamás le explicaba nada. Él no quería oír hablar del tema. Yo salía un sábado por la noche con mi mochila y al día siguiente hacía vida normal con mi familia. Nuestra separación no tiene nada que ver con mi sexualidad. Yo podría haber seguido así mucho tiempo. Vivir con mi ex era fácil. Nuestros roles estaban invertidos. Toda la logística familiar la llevaba él: compraba, limpiaba, cocinaba. Mientras tanto, yo trabajaba, estudiaba y salía con mis amigos. El problema es que llegó un momento en que peté: necesitaba encontrarme a mí misma. Me separé de él porque no me aportaba nada. No discutíamos, pero tampoco hablábamos. Nosotros no teníamos una relación; simplemente no existía tal cosa.

Ahora mismo estoy con dos personas. No me gusta jerarquizar, así que las llamaré primera y segunda pareja porque los conocí en ese orden. Mi primera pareja es sumisa. Él y yo nos vemos dos fines de semana al mes, cuando no tenemos a los niños. En mi casa no entrará nadie, lo tengo clarísimo. Tengo dos hijos adolescentes; es demasiado complicado. Mi segunda pareja es un chico masoquista que conocí en una fiesta, porque yo he descubierto que también soy sádica: me gusta infligir dolor. Lo supe un día que estaba azotando con un látigo a una chica bisexual y masoquista, y ella tuvo un orgasmo. De repente fui consciente de que no estaba administrando dolor, sino placer. Has de salir del estereotipo «estoy haciendo daño a alguien» porque lo que haces es pactado y consentido. Para mí fue todo un hallazgo. Cuando lo comprendí di un salto cualitativo, y empecé a disfrutar.

Mi primera pareja es sumisa desde el día en que nació. «Soy tuyo. Por ti hago lo que sea necesario». Esta sumisión implica aguantar dolor, aunque él no disfrute con ello. Sin embargo, ha llegado un momento en que su grado de dolor ha aumentado tanto que ahora sin dolor no tiene erección. A él lo que le gusta de verdad es que le inmovilice. A veces lo ato con cuerdas o uso un saco de látex, pero como un premio. Veo la tele mientras él está atado y tirado en la alfombra. Él es feliz así porque se siente mío. En el día a día, él y yo tenemos una relación de igual a igual, pero con el solo hecho de chasquear los dedos lo tengo de rodillas. Y debido a esto he hecho cosas que jamás hubiera imaginado, como registrarlo como mi esclavo en una web específica para el registro de esclavos. Sí, existe. Un purista del BDSM te diría que nosotros no somos auténticos. Para que lo entiendas: dentro de este mundo él es mi esclavo, pero fuera nuestra relación es abierta. Lo sé, es atípico, pero es que soy feminista y, por principios, me niego a que él sea solo mío.

Con mi primera pareja tenemos una parte ama-sumiso y otra parte de relación más convencional. Por eso tenemos tres collares. El que lleva a diario, que puede pasar por una bisutería. Otro de acero que tiene un candado; este se lo pone los fines de semana que estamos juntos. Y, por último, el collar de juego que es el típico collar de perro. Cada collar marca la diferencia de trato: con el primero es mi pareja; con el

segundo, le puedo dar alguna orden, pero tiene permiso para rebotarse, y con el tercero no hay vuelta atrás. Lo único que sirve es la palabra de seguridad. Nunca ha tenido que usarla. Soy muy empática. Siempre estoy pendiente de la reacción del otro.

Conocí a mi segunda pareja en una fiesta de dominación. Él era nuevo en este mundillo y desconocía su grado de dolor. Mi mentora y yo decidimos averiguarlo. Se desnudó y lo azotamos. Y de repente se levantó y empezó a saltar. Creí que le había dado una crisis de ansiedad. Jamás había presenciado nada igual. Me agobié muchísimo. Mi mentora me dijo que estuviera tranquila. «El dolor le ha provocado una subida de adrenalina brutal. Este chico es masoquista». Al despedirnos, él me dio su número y enseguida empezamos a hablar. Lo primero que me dijo es: «Sé que estás muy liada. No pienso complicarte la vida. Si te apetece dime la hora y el lugar y yo me organizo». Tres días después quedamos en su casa para tomar un café. A los cinco minutos fui al coche a buscar mi mochila, y hasta hoy.

Llevamos dos años viéndonos dos miércoles al mes. Digamos que nuestros encuentros son lúdico-festivos, pero evidentemente el roce hace el cariño. Él y yo tenemos cierta intimidad y afecto mutuo. Vaya, que nos queremos. Él no es sumiso, es masoquista. Su placer está en el dolor. Mi primera pareja aguanta el dolor por sumisión, porque es mío. Mi segunda pareja lo disfruta. A veces, mientras nos tomamos un café le coloco unas gomas de pollo en los muslos y, de vez en cuando, se las voy estirando. Le dejo unas marcas que le duran una semana. En ocasiones tenemos unas sesiones muy intensas y se pilla unos globos alucinantes. No sabe ni dónde está, igual que si se hubiera chutado algo. Pero él no lleva ningún collar porque ni es mío ni cumple órdenes.

Es decir, la gran diferencia entre uno y otro es la posesión. Con mi segunda pareja no puedo decidir qué hace con su sexualidad cuando no está conmigo, cosa que sí hago con el primero. El primero es mi esclavo. Tiene que pedirme permiso para masturbarse. También para correrse. Y aunque solo nos veamos dos fines de semana al mes, de alguna forma nuestra relación es diaria porque hablamos cada día.

Para que lo entiendas, ama es la que tiene un esclavo sumiso fijo. Si no tienes a una persona en propiedad no puedes llamarte ama. Dómina es la que juega en el rol de dominante. Es decir, con mi primera pareja soy ama y con la segunda dómina. Y las amas profesionales, las que cobran, se conocen como dominatrix.

La mayoría de la gente piensa que una sesión de BDSM termina con la penetración, y no tiene por qué. Ten en cuenta que si te corres el placer termina. El sexo es el mismo juego. Yo estoy cachonda como una puta moto sin necesidad de que me toquen ni me lo coman. Inflijo dolor y me mojo. No necesito aprovechar esa humedad. Si me apetece les pido que me lo coman o me masturbo delante de ellos mientras ellos me miran, pero esto sucede solo un treinta por ciento de las veces. Y con el masoquista no pasa casi nunca porque él disfruta con el dolor. En los dos años que llevamos juntos nunca ha habido penetración.

Reconozco que yo soy cero coitocéntrica. Solo follo cuando estoy en modo pareja y para fomentar esa intimidad en la relación. En cuanto al sexo y al placer, el coito me aporta muy poco. Disfruto más con el látigo que con la penetración. Para mí el orgasmo ha pasado a segundo plano. Puedo disfrutar follando del mismo modo que

disfruto comiendo fresas con nata, porque el placer es placer, pero a nivel psíquico no me aporta nada y el órgano sexual más potente es el coco.

Ser dómina requiere una parte de pensar y programar que a mí ya me supone un estímulo brutal. Por otro lado, es muy difícil que yo termine corriéndome. Estoy tan pendiente del otro, de si le hago daño o no, que de algún modo me olvido de mí. Puedo llegar a estar supercachonda, eso sí. No hay que olvidar —y esto es ciencia pura y dura— que el orgasmo viene de la relajación, no del control o la ansiedad. Solo cuando te dejas ir puedes correrte, y las amas no suelen hacerlo. Yo empiezo con el vestido puesto y termino igual. Ellos no me tocan. Puedo acabar cachonda y puedo divertirme, pero el sexo es otra cosa. Si un día me apetece la gran follada se lo ordeno y me corro, pero no es mi objetivo. Porque en cuanto tenga el orgasmo el juego termina. Y a mí lo que me gusta es alargar este juego, la excitación, el calentón.

Al final, el BDSM no es más que un modo de vivir diferentes emociones, tanto si estás en un bando como en el otro. Dicho esto: la vieja guardia tiene muchas reglas, pero a mí me importan tres pepinos. Si me gustan las adapto y si no, no. También te diré que a mí lo que me gusta es dar órdenes, pero cuando a mi sumiso estas órdenes no le cuestan esfuerzo, me fastidia. Una vez le pedí a mi primera pareja que se comprara ropa interior de encaje y se la pusiera para ir al trabajo. Pero lo que empezó siendo una orden ha terminado convirtiéndose en un cajón donde no encuentras un solo calzoncillo bóxer. Este no era mi objetivo. Por lo tanto, ya no disfruto. No quiero darle el gusto. Sin tensión no hay gracia.

Luego está el tema del control del orgasmo, otro de los grandes mitos dentro del BDSM. Las amas quieren que sus sumisos les pidan permiso para masturbarse, y al principio es guay. Luego vas subiendo la apuesta. «Tócate, pero en el balcón. Tócate, pero antes ponte unas pinzas en los pezones. Tócate, pero sin usar las manos». ¿Qué ocurre? Llega un momento en que el sumiso te pide permiso para masturbarse cuando estás haciendo la cena y a ti te da completamente igual. Volvemos a lo mismo: la orden pierde el sentido. Combinar el rol con la vida diaria es difícil. «Hoy te pones el cinturón de castidad». Doy esta orden y luego me voy a trabajar y me olvido. Él va como una moto porque siente que está conectado conmigo, pero yo he hecho una reunión de trabajo, he jugado en el parque con los niños y he ido a la compra sin pensar en él un solo minuto. Es decir, está cumpliendo una orden que a mí me importa tres pepinos. A mí esta dualidad es de los aspectos que más me cuesta llevar porque como me pille de buenas lo disfruto a tope, pero como me pille a la salida del cole ya me dirás.

El BDSM requiere de un tiempo y un espacio determinados. No puedes estar pendiente de que alguien llame al timbre y te vea vestido de según qué manera. Además, precisas de una infraestructura mínima. A mí una sesión de BDSM suele durarme un par de horas. Entre que empiezas a jugar, a dar órdenes, lo atas, lo azotas… el tiempo pasa volando, y la casa queda como queda. Lo habitual es que la sesión termine con el *aftercare*: ver si hay heridas, dar abrazos, mimos, cariño.

Suele ser un momento pastel, donde el sumiso se siente vulnerable y necesita atenciones, y yo aquí entro en conflicto. ¿Si soy sádica por qué cojones te estoy cuidando? ¿Por qué he de pasarme media hora haciéndote mimitos? Si el sumiso

encuentra placer en sufrir y lo hace por su ama, ¿por qué debo sacarlo de ese lugar? ¿No sería mejor que aprendiera a disfrutar de eso y aprendiera a salir de aquí solo? ¿Por qué tengo que tirar de estímulo sexual para bajarle el globo? Como dómina y sádica que soy, ahora mismo me encuentro en esta disyuntiva.

Lo más potente de ser dómina es tener el control sobre lo que sucede… y en este sentido para mí el BDSM ha sido terapéutico. He pasado de ser una persona que no sabía disfrutar ni decir que no, que solo sabía complacer y que tenía unas relaciones sexuales nefastas, a no hacer nada que no quiera. A mí el BDSM me ha empoderado. Me he pasado muchos años follando en silencio. «Cuidado que los niños duermen, cuidado que los padres están en la habitación de al lado, cuidado que los vecinos pueden escucharnos y a ver qué pensarán». Ahora grito y el vecino que piense lo que le dé la gana. Por no hablar de que yo había fingido mil orgasmos.

Hay que tener en cuenta que en el mundo no hay dos personas iguales y en el BDSM tampoco. Yo, por ejemplo, soy una persona muy física. No disfruto humillando a la gente ni jugando con su psique. Si intuyo que una persona no está equilibrada mentalmente me niego en redondo a jugar con ella. Para practicar BDSM es necesario tener una buena salud mental. La gente que no la tiene me da mucho miedo. Dicho esto: reconozco que saber que tengo el poder me excita.

Los *straps* (arnés femenino con dildo incorporado) están muy presentes en la dominación femenina, porque quien folla es la mujer. Hay quien cree que follarse a un hombre es humillarlo. No estoy de acuerdo. Del mismo modo que yo disfruto follándomelo, él también disfruta. Los hombres que se echan las manos a la cabeza solo de imaginar que les entre un bigote de gamba en el culo están influenciados por el sexo heteronormativo, y claro, desde su visión machirula no hay humillación peor. El tema del sexo anal es para dar de comer aparte.

A mí el BDSM me ha enseñado muchas cosas. Entre ellas que me gusta el poder, el fetichismo de pies e infligir dolor. Sobre todo, en los pezones. No hay sesión donde a mis dos parejas no les ponga pinzas en los pezones. De hecho, a los dos les han crecido. También he probado cosas más radicales. Una vez un hombre me pidió que le clavara agujas intramusculares en el cuerpo. Hay que colocarlas como si estuvieras haciendo un bordado, con forma de dibujo, pero en la piel. Se lo hice y tuvo una erección. Al principio no lo entendía. Ahora sé que hay personas que se excitan mucho con las prácticas médicas aplicadas al BDSM: el bisturí, las agujas, las sondas, los enemas, la asfixia, las exploraciones médicas anales… Todo esto supone un estímulo sexual para ellas. Esta práctica se conoce como «medical». Debido a mi formación hay ciertas prácticas que la mayoría de gente no hace y que yo puedo hacer con facilidad. Lo más surrealista que me ha ocurrido es ponerle agujas en la polla a un tío y que él tenga una erección de tres pares de cojones. Esto es una de las cosas que más me apasiona de la sexualidad, y sobre todo del BDSM, que cada persona es un mundo y con cada persona empiezas de cero. Yo ahora no podría volver a tener una relación vainilla. Lo siento. No me va.

He elaborado un test en Excel de cuatro páginas para mis sumisos. Contiene un listado de prácticas BDSM clasificadas por herramientas, por intensidad de dolor, etc. Me sirve para saber cómo se excitan. También qué grado de experiencia tienen. Y al final hay preguntas de tipo práctico: enfermedades de transmisión sexual, alergias,

medicación habitual, experiencias pasadas violentas. Necesito saberlo todo de la persona para evitar sustos. Un susto muy frecuente es la rotura del frenillo lingual. Si juegas con alguien a quien le gusta que le den patadas en los huevos y hostias en la polla tienes muchos números de que esto ocurra. Parece *La matanza de Texas*, sale muchísima sangre. Jamás hubiera imaginado que existían hombres que se excitaran recibiendo golpes en los genitales. Las mujeres hemos crecido escuchando que esto es peligroso y muy doloroso. La primera vez que un chico me pidió que le pateara los huevos y tuvo una erección me di cuenta de que todo lo que me habían dicho era falso. A este tío le ponía la tortura testicular. La línea entre el dolor y el placer es muy fina.

Mi primera pareja además de buen sumiso o buen esclavo, es buena persona. Más allá de ser ama-sumiso, los dos tenemos muchas cosas en común. Digamos que nos entendemos más allá del juego. Él siempre me dice: «Eres la persona que he buscado toda la vida». A mí él me gusta y veo futuro en nuestra relación, pero que él esté a mis pies me incomoda. ¿Por qué? Porque soy una persona libre que cree en las relaciones abiertas. ¿Lo quiero? Por supuesto. ¿Estoy enchochada hasta el punto de «sin ti no puedo vivir»? No lo sé. Tengo clarísimo que lo primero son mis hijos, lo segundo soy yo y lo tercero es mi trabajo. A partir de aquí, disfruto de la vida. Ojalá que lo que tenemos dure, pero no puedo garantizarlo. «Hoy quiero estar contigo» me parece una de las frases más románticas que puedes decirle a alguien. Yo, desde mi libertad, te escojo a ti de entre todas las personas que hay en el mundo. ¿Mañana? No lo sé. Yo no quiero estar con nadie por necesidad, mucho menos por rutina.

He descubierto que no soy monógama. No le encuentro el sentido a la monogamia. Quieres a dos hijos y quieres a dos amigos. ¿Por qué no puedes querer a dos parejas al mismo tiempo? Tengo un colega que compara la no monogamia con un jardín donde cada uno tiene su parcela. Quizá la parcela de las orquídeas necesite más cuidados que la de los cactus. Y, por supuesto, hay parcelas más grandes y otras más pequeñas. Si yo te otorgo la parcela del cactus has de saber que vendré poco, pero siempre cumpliré con los mínimos que pactemos. Y con las orquídeas haré lo propio. Ahora bien, si cruzas tu espacio, te arranco de cuajo. ¿OK? Yo escojo qué planto y en función de mi tiempo veo qué cuidado le dedico a cada parcela. Para mí lo lógico y coherente es respetar esto.

A mi segunda pareja le expuse mi situación el primer día. «Estoy separada. Tengo dos hijos y una pareja más o menos estable». Fui muy sincera con él. «Te puedo ofrecer una tarde cada dos semanas». Jamás he dormido en su casa. Jamás hemos ido juntos de vacaciones. Apenas hablamos por teléfono. Y no nos mandamos mensajes de texto. Llevamos dos años y los dos hemos sido coherentes y leales a nuestro pacto. Esta es nuestra relación.

Mi hija siempre me dice lo mismo: «Si estuviéramos en la Edad Media yo no existiría. Te habrían quemado mucho antes de poder tenerme». La sexualidad BDSM cuesta mucho de entender. Cada vez me escondo menos porque mi profesión me permite ciertas licencias, pero la mayoría de la gente que practica BDSM no sale del armario. Hay personas que se separan y tienen que ocultarlo porque estas prácticas pueden costarles la custodia de los hijos. Juzgar a la gente en función de su conducta sexual no nos deja en buen lugar como sociedad. Que a alguien le guste ser azotado

no significa que sea mala persona, mala madre o mala trabajadora.

No sé si mi profesión viene dada por mi sexualidad o mi sexualidad se ha desarrollado gracias a mi profesión, supongo que se retroalimentan. Creo que la terapia sexual actual cuenta con un gran vacío. No hay cursos de sexualidad no normativa como tampoco los hay sobre no monogamia. Los profesionales necesitan formación en este ámbito. Hay que normalizar estas prácticas y hay que saber diferenciar entre BDSM y maltrato, pero para ello necesitas estar informado. Según mi experiencia, hay dos tipos de sumisas. Las chicas que sienten la sumisión de un modo innato, y esto no deja de ser un reflejo de lo que pasa en nuestra sociedad. Y luego están las sumisas que son chicas superempoderadas y escogen libremente estar en este lugar.

Para mí el único consentimiento válido ha de ser explícito y entusiasta. Y hay que ir con cuidado, porque no todas las personas que dicen ser amos lo son. Hay mucho machismo camuflado, del mismo modo que lo hay en la sociedad. ¿Cuántas mujeres llevan los pantalones en casa? No son la mayoría. ¿Cuántas mujeres dominan en la cama? Tampoco son la mayoría. Pues en BDSM ocurre lo mismo. Lo que debemos valorar no es si la persona disfruta con un cachete o un bofetón, sino el hecho de que lo haga desde la libertad. Hay que cuestionar si la libertad de ponerse en ese lugar es real o condicionada. Al final no se trata tanto de qué rol interpreta dentro del BDSM, sino de cómo es la persona. Las malas personas no entienden de género. Y esto se da dentro del BDSM y fuera. ¿Cuántas chicas tienen sexo no voluntario dentro de una relación convencional? Haz números. No es normal. Y en cambio la sociedad lo tiene completamente normalizado.

Te daré un consejo gratis. El mejor modo de saber cómo será tu sexualidad cuando seas mayor es observar cómo es tu sexualidad actualmente. Hay gente que le teme a la menopausia cuando lleva diez años sin tener apenas sexo. ¿Qué esperas? Si tú vienes de una sexualidad viva, que has ido modificando con la edad, donde te has adaptado a la llegada de los niños, a las lorzas que te han salido, al nido vacío y has recuperado tu espacio, tu sexualidad será de puta madre. Pero si vienes de hacer el misionero y solo una vez al mes, cuando te falle la erección estás jodida.

En el mundillo BDSM corre una historia acerca de una señora mayor que tenía un *flogger* de cuero, daba cuatro latigazos y se sentaba. La gente del local pensaba que estaba chocheando. Hasta que alguien se acercó y vio que los flecos llevaban chinchetas en la punta. ¡Olé tú! Lo mejor para que tu sexualidad sea satisfactoria es darle a la imaginación. Y tanto da de qué sexualidad se trate, será placentera seguro.

Bonus Track

He querido terminar el libro con dos mujeres que, por edad, no entraban junto al resto. Sin embargo, el día que las entrevisté quedé tan deleitada con sus historias que considero que sería una lástima privarte de su aportación. La primera corresponde a Candela, una mujer transexual de sesenta y tres años. La segunda está protagonizada por Iris, una chica pansexual de treinta y tres. Las tres décadas que separan a estas dos mujeres son un claro ejemplo de cómo ha evolucionado en este tiempo la sexualidad femenina. Ambas son mujeres carismáticas, con una experiencia vital única y un gran discurso. Espero que disfrutes tanto leyéndolas como yo lo hice entrevistándolas.

CANDELA

63 años, casada, una hija

«Jamás me he disfrazado de mujer, soy una mujer. Y para mí era importantísimo estar conectada conmigo misma el día de mi boda. Saber quién era yo en realidad, aunque fuera la única persona del mundo mundial que lo supiera».

La importancia que le doy al sexo ha ido cambiando con los años, sobre todo a raíz del tránsito que he hecho. Siempre he vivido como una mujer, pero la lectura que los demás hacían de mí no es la misma que hacen ahora. Y en este sentido, el modo en que mi esposa y yo nos relacionamos ha dado un giro radical. Ahora mismo, nos encontramos en pleno proceso de ver cómo estamos como pareja. Por mi parte, estoy revisando cómo me relaciono con el exterior desde mi interior, pero teniendo en cuenta que mi burbuja no interfiera excesivamente en la suya. Porque somos una pareja, pero al mismo tiempo somos dos individuos.

La conocí a los dieciocho años. Llevamos cuarenta y cinco años juntas. Y siempre me ha preocupado más su placer que el mío, pero antes de hacer el tránsito nuestros roles estaban equivocados y la penetración jugaba un papel central en nuestras relaciones. Dar por supuesto que hay que terminar con el coito condiciona el sexo que tienes. Con el tiempo te das cuenta de que hay infinidad de maneras de llegar al orgasmo. Esto es lo que estamos explorando ahora. La sexualidad no termina nunca. Las personas estamos constantemente aprendiendo, el problema es que tenemos excesivos tabúes y el sexo no es algo aséptico, no puedes afrontarlo igual que si entraras a un quirófano.

Hice la transición a los cincuenta y ocho años. Tengo sesenta y tres. Así que lo que voy a contarte es muy reciente. Recuerdo perfectamente el día que descubrí las braguitas de mi madre. Era muy pequeña y me hizo reflexionar sobre la manera en que me relacionaba conmigo misma y con mi género. Después, a los siete u ocho años, una pandilla de chicos de mi pueblo abusó de mí, no me refiero a abusos sexuales, pero sí deshonestos. Estábamos jugando en unas cuadras, ahora mismo no recuerdo si me hicieron quedar en ropa interior o no, lo que sí recuerdo es que me obligaron a ponerme la ornamenta de los animales y a pasearme con ella. Enseguida me di cuenta de su propósito: querían denigrarme. Al poco tiempo, di un estirón y el juego pasó a ser otro. Los chicos de mi edad empezaron a acosarme. Entonces, a los trece años, comencé a estudiar en una academia mixta y el panorama cambió al cien por cien. Allí trabé amistad con media docena de chicas que me trataban como a una igual: me explicaban cómo les venía la regla, cómo les crecían los pechos… y poco a poco lo fui intuyendo. Había algo en mi manera de ser que llevaba a los chicos a

abusar de mí y a las chicas a identificarse conmigo.

Ya en plena adolescencia, unos chicos me invitaron a ir con ellos a una fiesta privada. A la que llevaba un buen rato y estaba bien borracha me dejaron sola con el dueño de la casa, y me violó. Tenía dieciséis años. Los dos años siguientes los pasé sola, encerrada en mí misma, y creé un personaje para que nadie volviese a hacerme daño. Aquel día me coloqué una máscara y no me la he quitado hasta hace muy poco. Soy incapaz de recordar las caras y los nombres de aquellos chicos. Olvidar lo que me pasó fue una manera de protegerme. ¿Qué veían aquellos muchachos en mí para percibir que era alguien vulnerable? Ahora gesticulo, pero me he pasado la mitad de la vida midiendo mis gestos. Ahora hablo como una cotorra, pero me he pasado la mitad de la vida sin abrir la boca. Tenía miedo de que los demás averiguasen quién era yo en realidad. ¿Sabes lo que más me entristece? Que al cabo de dos años conocí a mi mujer, pero yo ya no era yo.

Después de que me violaran estuve una semana dándole vueltas a la cabeza. Si yo era una chica, lo normal es que tuviera sexo con chicos, ¿no? Y aunque la relación sexual se diera como se dio, aquel tipo me había visto como a una chica. Así que el sábado siguiente fui al cubo de la ropa sucia, cogí una faja y unos sujetadores de mi madre y me presenté en su casa. Sé que suena extraño. Evidentemente, fue una violación porque él me forzó, pero llega un momento en que tú misma te ofreces. Es complicado de entender. Para mí lo más importante es que ahora soy capaz de verbalizar lo que me ocurrió. Ahora puedo decir «me violaron», yo no hice nada malo, no tengo por qué esconderme o sentirme avergonzada.

Cuando este chico me abrió la puerta vi que en el salón de su casa había una orgía. Todos homosexuales. Estaba claro que yo ahí no encajaba. A partir de ese momento empecé a plantearme no solo mi identidad sexual, sino mi inclinación sexual. Comenzó también una etapa de solitud absoluta. Imagínate. Año 76. Internet no existía. A duras penas había revistas pornográficas. Además, era menor de edad. ¿Dónde podía encontrar información sobre lo que me pasaba? Las historias de sexo, incluso las de amor, representaban siempre a una pareja heterosexual. «¿Quién soy yo? ¿La chica que le da besos al chico? ¿El chico que besa a la chica?», me preguntaba. Entonces no había libros ni películas ni nada que hablara de mi realidad, y me sentía muy sola.

Recuerdo que cogía el tren, me iba a otra ciudad y mataba el tiempo paseando. Hace poco me encontré con una novia de entonces. «Si lo hubiera sabido te habría ayudado». ¡Nena, ¿cómo ibas a ayudarme si ni yo sabía qué me pasaba?! Todas me lo han dicho. «Eras muy guapo, pero muy merluzo. Para chico no valías». Y es verdad: tenía planta, pero no encajaba en el patrón de tío bueno que se aprovecha de las chicas. No va con mi carácter. Para mí el respeto al otro, sobre todo a la mujer, es fundamental. Si he estado cincuenta años infiltrada en el mundo masculino ha sido por mera supervivencia. Jamás me he sentido integrada. No sé de qué hablan los hombres ni me interesa. Siempre me he relacionado mejor con las mujeres, con ellas me siento a gusto.

A mi esposa la conocí en una fiesta. Y aquella misma noche saltaron chispas. Lo recuerdo como si fuese ayer. Por desgracia, fui incapaz de decirle nada. Aún estaba digiriendo lo que me había ocurrido, la máscara se estaba construyendo, y no me

atreví. Tres años después nos casamos. Y como necesitaba ser fiel a mí misma, fui de blanco. Aunque fuera un traje de señor era de color blanco, como el de una virgen. Jamás me he disfrazado de mujer, soy una mujer. Y para mí era importantísimo estar conectada conmigo misma el día de mi boda. Saber quién era yo en realidad, aunque fuera la única persona del mundo mundial que lo supiera.

Ahora me he dado cuenta de que usé a mi mujer como si fuera mi espejo. ¿Por qué no te compras este sujetador? ¿Estas braguitas? ¿Esos zapatos de tacón? De algún modo proyectaba en ella mis fantasías. Le he pedido disculpas mil veces por ello. No está bien lo que hice, pero no sabía hacerlo de otro modo. Hace un tiempo fui a una tienda de novias, y les expliqué mi historia. Me reservaron una tarde para mí sola. Llevé mi corsé, unas medias con liguero, la cotilla y unos zapatos de tacón. Escogí cuatro o cinco vestidos y me los probé. Vestirme con las enaguas y toda la parafernalia fue una experiencia brutal. No fue un acto sexual, pero se acercó mucho. Hay gente que piensa que vestirse de mujer es un fetichismo. En mi caso forma parte de mi sexualidad. Vestida de mujer me siento bien. Vestida de mujer me siento guapa. Vestida de mujer me como el mundo. Vestida de mujer soy yo.

Mi esposa y yo hemos llegado a un punto en que estamos bien. Sin embargo, ella sigue teniendo muchos tabúes. El sexo anal, sin ir más lejos. Y a mí me encanta. Así que tengo que hacérmelo yo misma. No me lo esperaba. El tránsito me ha llevado por caminos que, sin proponérmelo, han puesto en riesgo mi relación de pareja. Porque a la vez que he ido empoderándome, ser mujer también me ha puesto en situaciones complicadas. A veces he sentido que no paraba de dar pasos en falso. Aunque supongo que si no hubiera pasado por todo lo que he pasado no estaría hoy aquí contigo contándote mi historia.

¿Sabes cómo llamo a mi otra yo? La Candela clandestina. Porque cuando has de hacer cosas a escondidas buscas lugares de lo más inverosímiles. Durante un tiempo frecuenté un club de intercambio de parejas. Un día a la semana, los dueños nos permitían a otras mujeres trans y a mí cambiarnos de ropa, maquillarnos y estar allí. Había clientes que lo sabían y venían pronto con la intención de pillarte. «Perdona, guapo, pero tengo ganas de hacer la mariposa. No me molestes, por favor». Me tocaron el culo tantas veces que al final me harté. No iba buscando sexo. Pero has de hacer las cosas para darte cuenta de que son un error. Solo así puedes rectificar.

También frecuenté un local de BDSM donde la gente practicaba sexo en directo. Porque allí también nos dejaban cambiarnos, además nos respetaban. Y como mujer trans es difícil que te respeten en lugares más comunes. De vez en cuando, alguien se acercaba para preguntarme si me apetecía follar. Me estaba bebiendo el tercer o cuarto gin-tonic y dudaba, no de lo que estaba haciendo, sino de lo que haría si pudiese. Porque del mismo modo que enfrente tenía a una persona que me ponía a mil, en casa estaba mi mujer en la luna de Valencia. ¿Cómo traerla a un lugar así? ¿Cómo explicarle que estaba en un local de BDSM y que necesitaba estar allí? Gestionar esto es complicado. Creo que yo buscaba la puerta de salida al mundo a través de todo ese trabajo previo indirecto.

Me preguntas por mi vida sexual y aunque mi proceso de cambio no es hablar de sexo propiamente, sí tiene mucho que ver con la sexualidad. Para mí el sexo lo abarca todo. Y este periplo formaba parte del proceso de definir quién era yo, qué

quería conseguir y cómo hacerlo. De no haber pasado por todo esto me hubiera resultado muy difícil dar el paso. Hubo otro factor que también influyó. En aquel tiempo nuestra hija pasaba por un mal momento. Estábamos con mi mujer sentadas frente a la doctora que la llevaba cuando de pronto la médica me preguntó: «¿Cuáles son tus sentimientos?». Me quedé en blanco. Busqué dentro de mí, pero lo único que encontré fue una caja oscura y vacía.

A los dieciséis años me había fabricado una máscara para interpretar el papel de un señor. Y después de cuatro décadas interpretando el mismo papel no sentía nada. Me pinchabas y no salía sangre. Todo lo que me ocurría lo vivía como si estuviese pasándole a otra persona. Candela no sentía nada porque estaba bien escondida. Y, de repente, necesitaba vibrar con el mundo exterior. Ya no había vuelta atrás. Justo en ese momento, y sin ser consciente de ello, empecé a gestionar mi salida al mundo.

A las mujeres trans nos reprochan el haber recibido una educación machista, y es cierto. El patriarcado dota de derechos a los hombres y se los niega a las mujeres. Lo que no tienen en cuenta quienes nos acusan es que esta educación machista ha supuesto un hándicap para nosotras. Hoy me siento una mujer empoderada, pero durante mi adolescencia el empoderamiento que representaba era falso y me llevaba a vivir situaciones de indefensión. Abusaron de mí. Me violaron. ¿Por qué? Porque era inocente y no le tenía miedo a nada.

A las niñas se les inculca desde pequeñas: «Cuidado, no vayas con extraños. Ten precaución cuando salgas de noche». A los niños, en cambio, no se les advierte de los peligros. Van por el mundo tranquilos, y justo por este motivo son un blanco fácil. Estoy aprovechando la educación que recibí ahora, cumplidos los sesenta. Ahora cuando salgo a la calle y alguien me mira ni desvío la mirada ni bajo la cabeza. Aunque me he llevado más de un susto, no creas. El otro día, sin ir más lejos, iba andando por la calle y un hombre empezó a seguirme. Yo llevaba sandalias, no podía correr. Todo mi cuerpo gritaba: «¡Ojo, peligro!». Pasé un miedo horrible.

Ser una mujer trans tiene sus dificultades. Caminar sola por una calle oscura y poco transitada es una de ellas. Otro de los hándicaps es la prostitución. Yo he estado muy cerca. ¿Por qué la sociedad humilla a las putas? Una prostituta puede tener sexo con un cliente y ganar dinero con decencia, siempre y cuando ella escoja libremente vender su cuerpo. ¿Qué dignidad le queda a la cajera del supermercado que tras ocho horas partiéndose el lomo se ve obligada a follar con su marido? La Iglesia y el patriarcado son las culpables de esta falsa moral de la sociedad.

Hay una frase de Marilyn Monroe que me gusta mucho. «Una mujer fácil es aquella que tiene la moral sexual de un hombre». ¡Fíjate hasta qué punto pervertimos la libertad! ¿Qué es el feminismo? ¿Libertad sexual es feminismo? ¿Hasta qué punto? ¿Qué significa que hombres y mujeres somos iguales? Cuando una pareja heterosexual folla, ¿sabe el chico qué papel juega la chica? Las mujeres han de tener la misma libertad que los hombres. El sexo ha de hacerse entre iguales y siempre desde el respeto mutuo. Tenemos que dejar atrás los roles manidos y empoderarnos de verdad en todos los aspectos, el sexual entre ellos.

Las comunidades trans existen desde hace milenios. Hace unos años leí que la OMS estimaba que en el mundo hay alrededor de 25 millones de personas que no se identifican con el sexo asignado al nacer. Esto supondría un 0.3 de la población

actual. En Catalunya habría unos 23.100, y solo en mi pueblo: 650. Sin embargo, ¿qué trato recibimos las personas que nos salimos del binarismo hombre-mujer?

Hace relativamente poco que las personas trans podemos hormonarnos, y si lo hacemos es para poder encajar en esta sociedad que divide los géneros entre masculino y femenino. Son los demás los que necesitan etiquetarnos. ¿Por qué a mí, como persona trans, la sociedad me dice que para ser considerada una mujer debo cumplir con unos estereotipos marcados? No pienso operarme mis genitales. Mi pene es mío. Lleva conmigo toda la vida. He disfrutado de él durante años; no me molesta.

Muchas mujeres trans optan por disimularlo con una trucadora. Una especie de tanga hecho con tela de tapicería que te permite coger el pene y echarlo hacia atrás. Mi pene mira hacia arriba, para mí la trucadora es una tortura. Así que yo para disimularlo uso una faja. Aunque con el vestido que llevo hoy, el día que hace viento se me mete entre las piernas, y no hay modo de disimular. Aun así, no me compensa operarme. ¿Por qué debo someterme a una operación que puede traerme problemas fisiológicos o afectar a mi sexualidad? ¿Por los demás?

El cambio de sexo es un proceso complicado. Y no está exento de problemas. Además, una vagina trans nunca será igual que una vagina cis, porque está ocupando un espacio en el cuerpo que antes no existía. Hay mujeres trans a quienes ni se les levanta ni pueden masturbarse, y llegados a este punto entiendo que quieran operarse. También está la tranquilidad del día a día. Estas mujeres pueden ponerse un bikini o unas mallas y salir a la calle tan tranquilas. Yo, en cambio, para comprarme unos simples tejanos necesito probarme ocho modelos distintos hasta dar con el que me disimula más.

La gente da por supuesto que como he hecho el tránsito debería operarme. ¡Para nada! Yo me siento bien con mi cuerpo. Mis medidas son 100-85-100. Como mujer trans que soy estoy más que satisfecha. ¿Qué más quiero? Siempre he tenido culo. No tengo la nuez del cuello pronunciada y gozo de una gran pelambrera. Lo cierto es que para mi edad me veo muy bien. Cuando doy un paseo camino lentamente, y no es por los tacones. Me gusta recrearme. ¿Por qué tengo que ir como si fuera el Correcaminos? Ando a paso lento para que la gente me vea. A veces incluso me echan flores, me encanta. Ya no me da miedo que me identifiquen como lo que soy. Los chicos trans pasan más desapercibidos que nosotras, y en cierto sentido lo tienen más fácil. Vivimos en una sociedad homófoba y misógina, es así. La cosa está cambiando, pero muy lentamente.

Lo único que me he hecho es la depilación láser en la cara. Y tomo hormonas: me sirven para aumentar los pechos. Ahora son como los de una quinceañera y mis pezones tienen una hipersensibilidad bestial, por lo que actualmente mi esposa y yo jugamos mucho con ellos. El primer día que noté la sensibilidad en los pezones lloré como una Magdalena pensando en todo lo que me conecta con la feminidad. Aunque a causa de las hormonas padezco síndrome premenstrual de forma permanente. Las hormonas también han hecho que mi fisonomía cambie un poquito. No es un milagro, pero cuando las tomas hay un ligero reajuste de la grasa corporal. También me sirven para regular el vello del cuerpo. Y, evidentemente, las hormonas han hecho que no me empalme como antes.

Lo más difícil de todo esto ha sido encontrar mi sitio. Porque llega un momento en

que no sabes si lo haces por ti o por los demás. Para mí también es un acto de visibilización. Quiero que la gente de mi pueblo me vea, sobre todo por las nuevas generaciones. Hay que exponerse. Sin llamar la atención, pero con perseverancia. No tiene sentido pasar por todo este proceso si luego te escondes. Creo que lo más importante pasa por aceptar que soy diferente. Aceptar que todos los cuerpos son válidos. Y no me refiero solo a las mujeres trans. Esto es aplicable a las mujeres entradas en carnes, discapacitadas, racializadas, a todo tipo de mujer. Está muy bien si tienes el cuerpo de Bo Derek, pero no hay que desmerecer a quien no lo tiene. Ahora salgo a la calle con la cabeza bien alta. Las mujeres hemos de cambiar el chip y dejar de boicotearnos a nosotras mismas. Lo más importante es sentirte bien con tu cuerpo, teniendo en cuenta que no puedes hacer demasiado para cambiarlo. Aceptarte hace que te sientas bien contigo misma.

Cuando me enamoré de mi esposa la última cosa que tuve en cuenta fue su aspecto físico. Me atrajo su forma de ser. A su lado me sentía bien. Tenía ganas de estar con ella a todas horas. El resto no me importaba. Cuando salí del armario hablé con ella, pero poco. Le dije que necesitaba cambiarme de ropa y salir a la calle, al menos una vez al mes, como mujer. Ella estuvo de acuerdo. Empecé a salir con un grupo de conocidos. La primera parada era una asociación feminista donde me pasaba dos horas sentada en una butaca para que una maquilladora me transformara el rostro. Al fin y al cabo, lo que yo necesitaba era expresar mi feminidad. Luego, íbamos a un local de intercambio o a uno de BDSM. Y antes de regresar a casa paraba en un parking donde había alquilado una taquilla para desmaquillarme y desvestirme.

Después se lo dije a mis amigos más íntimos, gente a la que sabía que mi proceso de cambio no les afectaría. Intuía que hablar con ellos me ayudaría a encontrar argumentos para enfrentarme a los demás. Finalmente se lo dije al gerente de mi empresa. Él me cogió del brazo, me llevó al taller donde trabajan los operarios y les explicó la situación. A partir de aquí, me cambiaron el correo electrónico y el trato que me daban en la empresa. Al día siguiente ya pude salir a la calle como Candela. He tenido mucha suerte. Todo ha sido mucho más fácil de lo que me imaginaba. Solo unos pocos amigos se opusieron a mi cambio. Por supuesto, allí acabó nuestra amistad.

Mi mujer conocía el proceso que yo estaba haciendo, pero hasta que no estuve cerca del final no me atreví a decirle que iba a dar el paso. En un principio le dije que no iba a visibilizarme porque no quería perderla. Al final, fue inevitable. Y, claro, para ella fue un drama. Mi mujer sabía que yo necesitaba vestirme de mujer, pero para ella era una actividad parecida a ir al gimnasio. «Mi marido sale una noche vestido de mujer, pero cuando regresa a casa es mi marido». El problema es que se trataba justo de lo contrario. «Estoy disfrazada todo el tiempo que paso contigo como lo que tú identificas como "tu marido", y necesito quitarme este disfraz». Hacer que cambiase el chip no fue fácil. Le costó muchísimo verme como a su mujer. Aunque, por otro lado, ella ha sido la primera persona que ha sabido tratarme como una mujer de forma natural. Hasta llegar al punto de llamarme «Candelita», y cuando lo hace me deshago.

Piensa que yo llevo años dándole vueltas al cambio. Y a ella esto le ha venido de golpe. Juega con desventaja. Al final se ha dado cuenta de que por mucho que me

quisiera la nuestra no era una relación sana. Porque yo vivía con angustia mi proceso de visibilización. ¿Cuándo lo hago? ¿De qué manera? ¿Cómo escapo de mi máscara? Evidentemente, ella notaba cómo yo me iba alejando cada vez más. Por eso al principio, cuando decidí dar el paso, nos separamos. Lo que ocurrió es que justo entonces empezamos a hablar mucho. Me he pasado la vida callada y ahora no callo ni debajo del agua. Yo sabía que necesitaba volver a relacionarme con ella, pero partiendo desde cero.

Mi «yo» actual no tiene nada que ver con mi «yo» pasado. Estoy girada como un calcetín. Antes era una persona muy cuadriculada. Hasta que no hice la transición no había comido un solo yogur en toda mi vida. En mi cabeza no entraba que los señores comieran yogures. No me preguntes por qué. Ahora los como y no me importa ni el sabor. Antes las ensaladas las hacía solo de lechuga. Ahora les pongo de todo. Jamás comía pasteles. Ahora me los zampo de dos en dos. Tenía un bloqueo mental. Mi vida estaba estructurada en función de lo que, para mí, era propio de las mujeres o de los hombres.

Mi sexualidad, en cambio, no ha variado mucho. Mi mujer no lo sabe, pero es una dómina. En la cama manda ella. Yo hago y me dejo hacer. Era así antes y sigue siendo así ahora. Lo único que ha cambiado es el concepto que ambas tenemos de la penetración. Ella tenía asumido que en una relación sexual tenía que haber penetración y ahora sabe que no es necesario. Otra cosa curiosa es que a partir de mi última etapa de visibilización fueron disminuyendo mis ganas de masturbarme. Lo que uso una barbaridad es un plug anal de mariposa. A veces hasta me da miedo. «A ver si de tanto hacerlo vas a acabar que no podrás aguantarte los pedos». La sexualidad es complicada: tenemos muchas cosas en la cabeza.

Nosotras no decimos ni «follar» ni «hacer el amor»: Usamos la expresión «hacer el tonto». Empezamos usándola de jóvenes y se ha quedado. Lo único que yo espero cuando hacemos el tonto es que ella se lo pase bien. Ella es muy clásica, cero morbosa. Yo trato de no centrarme solo en el clítoris. He sido capaz de que se corra solo chupándole los pechos. Hay mucho planeta por descubrir. No es necesario ir solo al polo Norte. La última vez que nos acostamos, se despertó al día siguiente y me dijo: «Aún estoy eléctrica». Que alguien te diga esto significa que ha gozado de verdad. Y para mí esto es lo más importante de todo el proceso que estamos viviendo. Esto, y los orgasmos que tenemos: ahora son mucho más potentes. Si por mí fuera lo haría encima de una lámpara, pero ella no me acompaña. Estamos acostumbradas a una rutina y es difícil cambiar esa dinámica.

Nosotras llevamos cuarenta años juntas y hablamos poco. Ella se imagina, supone, que en mi culo pasan cosas, pero jamás pregunta. «Un día tendríamos que hablarlo», le digo yo. Ella contesta que sí, pero ¿cómo lo hacemos? No es una conversación trivial. El sexo anal tiene una carga de profundidad muy fuerte porque quedan al descubierto las intimidades. ¿Quién se atreve a ir por ahí? Hay que entrar en la conversación sin tabúes previos.

Y que quede claro: mi mujer no es lesbiana. En todo caso, la lesbiana soy yo. Siempre he vivido nuestra relación desde esa perspectiva. Ahora, al igual que antes, hacemos el amor desnudas. No hay mucha diferencia. Lo único que ha cambiado es que ahora me depilo y tengo un poco más de pecho. Más allá de eso todo es igual.

Para mi esposa, su pareja sigue teniendo pene. ¿Sabes lo que ha cambiado? Yo. Ahora soy mejor persona porque estoy más relajada. En definitiva, soy más feliz. Y esto redunda en mi esposa. A medida que he ido haciendo el cambio he ido abriéndome a ella. Y esto ha repercutido positivamente en nuestra relación. Porque antes, a pesar de mi máscara de hombre, tampoco pensaba como tal. Y esto a ella la descolocaba y la hacía enfadar.

Yo, en la cama, haría muchas más cosas de las que hacemos, pero sé que ella necesita tiempo y quiero respetar sus ritmos. No quiero obligarla a nada, siempre gozará más si es ella quien lo pide que si soy yo quien se lo propone. La conozco. Mi mujer necesita mentalizarse antes de tener sexo, y le cuesta hacerlo a la luz del día. Yo sé cuándo quiere tema porque enciende una vela, es una especie de señal. La verdad es que yo soy más sexy que ella. Uso medias de silicona con ligueros. Y lo hago por mí. A ella estas tonterías le importan un pimiento. A mí me encanta la lencería y me chifla la moda victoriana. Pero mido metro ochenta, así que me resulta muy difícil encontrar prendas de mi talla. Me encantaría sentarme a cenar con mi mujer e irnos sacando la ropa lentamente. ¡Un *striptease* es tan erótico! El sexo no es solo tener un orgasmo. Para mí la sensualidad y la excitación previa a la explosión final es lo más importante. Después ya no tiene gracia. Si pudiera alargar al máximo ese momento previo sería feliz.

Nosotras practicamos sexo una o dos veces al mes, como mucho. Es un drama. Aun así, la quiero una barbaridad. Mi mujer es muy especial para mí y esto hace que espere con ganas el próximo encuentro. Además, nos pasamos el día besándonos. Y nos abrazamos mucho. Me encanta cuando nos fundimos la una con la otra. La gente no sabe abrazarse. Se abraza echando el culo para atrás. Con un abrazo bien dado te sientes en comunión con la otra persona, y esta es una sensación espectacular. En general, las personas nos tocamos poco. Y eso que somos latinos. Yo le digo «te quiero» a mi mujer al menos diez veces al día. Es bonito demostrar amor. En mi móvil, cuando me llaman, suena una canción de Tina Turner, pero mi mujer tiene su propia melodía: *Je t'aime*. Para mí ella es única.

Me gustaría que fuésemos juntas a una playa nudista. Las personas estamos supeditadas a lo que nos entra por la vista y nos entra por la vista aquello a lo que estamos acostumbradas. Si no lo ves, no sabes cómo gestionarlo. Sería fantástico estar desnuda y sentirme cómoda. Ojalá en un futuro me atreva. Quiero poder ir a la playa sin preocuparme de mi pene. Quiero ponerme un bikini, aunque se me marque un bulto. No quiero esconderme más. ¡Quiero ser libre!

IRIS

33 años, soltera, sin hijos

«Creo que a las chicas heterosexuales les gustan los chicos masculinos, pero no quieren a un machito. Quieren que tengan un punto femenino, sin ser afeminados. Que sean respetuosos pero no inseguros. Que tengan autoridad pero que sean considerados. En definitiva, las mujeres buscan a un hombre que aún no existe».

Mi mayor proveedor de información sobre sexualidad y afectos fueron el cine, la literatura, los videoclips y, si me apuras, los videojuegos. Luego, a los trece años entró en juego internet. Pertenezco a la primera generación de adolescentes que ha crecido con internet en casa.

Para mí navegar por la red era una forma de conocer esas otras realidades a las que no tenía acceso y, además, mucho más interesante que irme a dar una vuelta con mis compañeros de instituto, que por otro lado tampoco me hacían caso porque yo no estaba «buena». En aquella época no existía Facebook ni Amazon. Internet era de los freaks. Yo fui una chiquilla rarísima: metro cincuenta, pelo corto, sesenta kilos, ortodoncia y gafas de culo de botella. Entonces, a los quince años, di un estirón, me creció el pelo, adelgacé, me quitaron el aparato y empecé a usar lentillas. De repente, me convertí en objeto de deseo sexual y esto me hizo manejar un capital erótico, según dice Bourdieu, tremendo.

La primera vez que verbalicé mi condición sexual fue cuando un amigo me confesó que era gay. «Pues yo soy bisexual». Había hecho un poco de picaflor con los chicos de mi edad y lo vi enseguida. Con ellos era en plan: beso, beso, beso, manos, manos y manos. Su modo de actuar me sacaba de mi *flow* y me hacía pensar que en cuestión de sexo eran bastante ineptos. Rápidamente gravité hacia las chicas. Con una chica es más fácil dejar salir tu identidad, independientemente de si es masculina o femenina. Sobre todo cuando estás empezando.

El primer morreo con una chica me lo di en la sala Arena, un domingo por la tarde, al son de «Quiero besarte» de Roser. Tenía dieciséis años y sentí mucho gustito. También me sentí empoderada. Cuando los chicos quieren besarte suelen abrir mucho la boca y tirar para adelante. Es la otra persona, es decir, nosotras, las que nos tenemos que amoldar a ese beso. Girarle la cabeza con cuidado para que no se sienta mal, cerrarle un poco los labios, modular el ritmo al que mueves la lengua, y así todo. Esta manera de proceder es una actitud femenina: la llevamos en nuestro ADN. Ellos van del rollo «soy el rey Sol».

Somos nosotras quienes nos buscamos la vida para que ese beso sea placentero

para ambos, y esto en el mejor de los casos. Porque también hay mujeres que transigen y ya. En cambio, cuando se juntan dos chicas, son dos personas. Ella está pendiente de ti y tú de ella. Te hablo según mi experiencia. Seguro que también hay hombres que lo viven así, pero en general a ellos les educan para enfocarse en su placer. Por eso una chica se siente más cómoda, segura y dueña de sí misma entrando en un jardín que desconoce con otra chica que con un chico.

No puedo decir que no me gustan los hombres, porque están hechos de carne igual que yo, pero después de ver cómo funcionan la sociedad y los roles de género, me sacaron de ese lugar. Adopté muy pronto la etiqueta de lesbiana porque dentro de ese colectivo me sentía cómoda. Ten en cuenta que entonces los transexuales, el queer, el no binarismo…, todo esto aún no estaba tipificado. Y era bajo el paraguas del lesbianismo donde cabía esa libertad que yo anhelaba. Ahora mismo hay otra tendencia: traspasar quién te gusta o qué genitales quieres tocar con un rasgo de identidad. Yo lo he padecido mucho. «Te presento a mi amiga lesbiana». ¿Por qué me defines así? Me toca los huevos. Además, yo soy pansexual: me enamoro de las personas.

Después de darme el primer beso con una chica empecé a chatear con mujeres. Así conocí a Mireia, diez años mayor que yo, que me invitó a ir con ella al Foro Social Económico de Londres. En aquel viaje dejé de ser virgen. Tenía diecisiete años. Mireia y yo dormíamos en una cama diminuta, en mitad de una megacarpa junto al resto de participantes, y estábamos muertas de amor y subyugadas por las llamas de la calentura. Ella era mayor que yo, pero no tenía experiencia. Me coloqué encima y empecé a moverme. Fue algo totalmente fluido y natural. El sexo no es tan complicado. Al contrario, es muy sencillo. Si sigues tus instintos es casi improbable que la cagues. Eso sí, siempre y cuando estés en sintonía con tu cuerpo, tu sexualidad, tu amor y tu deseo.

Los siguientes años tuve la sensación de que donde ponía el ojo ponía la bala. Flaca, ojos grandes, pelo largo. Además sabía vestir y bailar, lo que me daba puntos a la hora de ligar, y esto me dio confianza y seguridad en mí misma. Reconozco que en esta etapa de mi vida experimenté un punto de intersexualidad con la masculinidad tóxica. Porque cuando empiezas a hablar de las mujeres en plan «esta chica está buenísima» la estás sexualizando a saco.

Las lesbianas están sometidas a la misma presión social por tener un cuerpo bonito que las mujeres heterosexuales. El juicio visual rápido es omnipresente: demasiado alta, demasiado flaca, demasiado gorda, demasiado guapa. El lenguaje que usamos es amenazante. Todos nosotros somos unos hijos de puta. Y eso es algo que está muy vinculado al capital. Los hombres también lo sufren. Ahora, como ya han agotado el mercado de la estética femenina, están conquistando el masculino. Hemos pasado de los anuncios de cuchillas de afeitar a las cremas hidratantes y la depilación corporal. En fin.

A los diecinueve años me enamoré locamente de Thais. Nuestras relaciones sexuales estaban muy bien codificadas en un mundo de semifantasía y con distintas personalidades que podían ser tanto masculinas como femeninas, con edades diferentes y también como animales. En nuestras sesiones de sexo los cambios se daban con absoluta naturalidad. Nos comunicábamos al cambiar de postura o

escuchando el rebufo de la otra. No sé si los hombres lo hacen. Es cierto que cada vez hay más chicos que se abren a otro tipo de relaciones y ceden el control en la cama. Pero lo habitual es que se vayan al otro extremo; ahora ellos van locos porque te los folles.

Fue por Thais que se lo dije a mis padres. No es que necesitara validar mi relación delante de ellos, mis padres no tienen por qué opinar sobre lo que yo haga con mis genitales, pero sentía la necesidad de compartir con ellos mi felicidad. Quería que la conocieran. «Si a ti te hace feliz, tira para adelante», me dijo mi madre. A mi padre le preocupaba que sufriera debido a mi condición sexual. Admitámoslo: hay un sector de la población que está muy organizado, con unas camisas muy bonicas y muchas ganas de salir a hacer daño, y para ellos yo estoy en primera línea de fuego. A mucha honra, que conste. Una debe estar ubicada, y yo lo estoy. Las lesbianas lo tenemos jodido y las mujeres en general, también.

A veces me preguntan si sentí miedo o rabia al descubrir que me gustaban las chicas; me entra la risa. ¡Mi vida no es un drama! Será un drama para ti. Para mí mi vida es maravillosa. Mi generación no ha pasado por las penurias que tuvo que soportar la anterior. Nosotros, como dice la expresión, estamos *standing on the shoulders of giants*. Sin embargo, soy consciente de que yo he vivido mi sexualidad desde el privilegio. Mis padres son progres, y no es lo mismo tener unos padres progres que tener una familia ultrarreligiosa o ser hija de unos garrulos de barriada. Mi familia está formada por miembros amorosos y esto me ha dado la oportunidad de vivir mi vida y mi condición sexual sin problemas.

Soy rara de nacimiento y poder encontrar a gente rara, aunque sea por otros motivos, me ha allanado el camino. Creo que por este motivo hay más lesbianas liberadas que heterosexuales. Las lesbianas pertenecen a una minoría, y por eso les es más fácil revisar el resto de las cosas. Te pondré un ejemplo. Llegué a la facultad y enseguida vi que la peña estaba muy salida. Di por hecho que todos disfrutábamos de la misma libertad sexual, pero no fue así. Ahora me he dado cuenta de que en aquella época yo ya funcionaba con un parámetro de poliamor.

Entiendo que vincular la reproducción —o la sexualidad— a la institución del matrimonio para asegurar la especie tenía cierto sentido dentro de la lógica heteropatriarcal, que era quien había montado este tinglado hasta ahora. Pero esta idea de la media naranja, la fidelidad y la exclusividad casa muy mal con las necesidades vitales del ser humano.

Y aquí entra el gran tema: ¿cómo quieres que te amen? ¿Cómo quieres amar tú? Para mí, siempre y cuando las dos personas estén de acuerdo y se haga desde el respeto y el amor, es óptimo abrir la relación. Evidentemente, establecer nuevos modelos de relación es un proceso, y hay que negociar. La base del poliamor son la comunicación, la confianza y los límites.

¡Ojo! Yo no concibo el sexo sin amor. Concibo amor de tres horas, de seis, de veinticuatro, las que sea. Pero cuando estoy en una situación de intimidad con otra persona tengo clarísimo que es algo más que sexo. A mí el sexo sin amor no me va. El problema es que la idea de amor que ha llegado hasta nuestros días está basada en el del matrimonio para toda la vida, y no nos engañemos: la monogamia funciona a lomos de la infidelidad. Vayamos un paso más allá. Si te quiero mucho, ¿cómo voy a

decirte que no te comas esa hamburguesa? Cómetela, y luego me cuentas qué tal. O me das la mitad. Tratemos de ver qué sentimientos nos genera y cómo podemos manejarlos. Este es el trabajo que nos queda por hacer. No es fácil, pero sí muy satisfactorio.

Si lo hago es porque sé quién soy, qué siento y cuáles son mis necesidades. Elijo confiar en la otra persona, así como confiar en mí. Evidentemente es un acto de fe. Pero ¿qué vas a hacer? ¿Empezar una relación con miedo? ¿A medias? ¿Sin confiar en la otra persona? O sea, te traes a alguien a casa para que te vea desnuda y os corráis juntas todos los días, pones en paralelo tus recursos, gastas tu tiempo en ella y al mismo tiempo no confías en esa persona. ¡Venga ya! Por desgracia hay mucha gente así; me parece penoso. El problema es que estos son los referentes con que contamos y si no hacemos un trabajo individual para salir de ahí nos quedaremos *in aeternum* en la mierda.

He tenido varias experiencias poliamorosas, unas me han ido bien y otras mal. Salí con una chica que me gustaba mucho y los celos y la sensación de «ay, que te voy a perder» eran muy heavies. Ella tenía la sensación de que yo era una casanova y a mí me ocurría lo mismo con ella. Fue un año horroroso. Al final vi claro que nuestra relación tenía que ser abierta. Solo así podríamos olvidarnos de los celos y los dramas. ¿Y sabes qué? Funcionó. La última experiencia poliamorosa que he tenido fue todo lo contrario. Conocí a una chica, nos enamoramos y me fui a Valencia por ella. Estuvimos cuatro años juntas y nuestra relación fue abierta desde el principio. Ahora bien, vivir ese momento ultrabollero en que quieres estar todo el tiempo con la otra persona acabó mutando en la relación más controladora y abusiva que he tenido nunca. Y daba igual que tuviéramos una relación abierta porque yo estaba tan enamorada que no tenía ojos para nadie más.

Sin embargo, esta chica empezó a desarrollar ciertos problemas de control de la ira y acabó pegándome unas broncas monumentales. Resultado: se me cerró el coño. Yo esperaba que ella empatizara conmigo, que me comprendiera, que me diera tiempo y cariño, pero no. Lo que tuve fue un hombre, y además de los chungos. Mi ex terminaba todas las discusiones al grito de «¡es que no follamos!». No entendía que cada vez que me exigía sexo lo único que hacía era quitarme las ganas. ¿Cómo no se me iba a cerrar al coño con lo mal que me trataba?

Lo más gracioso es que no me di cuenta porque este tipo de comportamiento lo achacamos a los machos heterosexuales, y yo tenía delante a una bollera ilustrada y monísima de la muerte, con lo cual no supe ver el paralelismo. Además, en Valencia no tenía familia ni amigos ni red que me sostuviera. Fue horrible. Sin embargo, de esa relación de mierda he sacado una lección: jamás dejaré de escuchar a mi coño. Para ella el problema era mío y solo mío. Y, claro, yo también me lo acabé creyendo. Fíjate lo mal que estaba que pensaba que sufría de vaginismo. Creía que mi útero estaba muerto y que me había convertido en asexual.

¿Sabes cómo recuperé mi sexualidad y la conexión con mi propio cuerpo? Fue de lo más tonto. Estaba en un bar, bailando con una compañera de trabajo y, de repente, a ella se le salió una teta. No sabes qué grito pegué. Sentí una calentura… De repente tenía la punta de las orejas rojas. Fue instintivo, irracional. En ese momento sentí que mi canal sexual se abría de nuevo.

Regresé a Barcelona y decidí que era hora de terminar con mi virginidad heterosexual. Follé con un amigo que está que cruje, y fue muy bien. Mi segunda experiencia heterosexual fue en un bar clandestino. Cuando entré vi a una chica guapísima sentada en la barra. Ese día estábamos todos guasones, con el guapo subido y un poco colocados. La chica me dijo: «Yo contigo un día tonto…». A lo que yo respondí: «Vale, pues te doy mi teléfono y me llamas cuando llegue ese día». Continuamos charlando y al final le pregunté si ella y su novio habían tenido la conversación sobre terceras personas. Me respondió que sí. Le pregunté: «¿Y hoy habéis hablado?». Y ella: «No». Y yo: «¿Y cómo va el tema? Primero lo habláis vosotros y después lo habláis conmigo o lo hablamos directamente los tres?». Total, que se lo dijo a su novio y a él le pareció una idea fantástica. Fuimos a su casa. Ellos dos tenían una relación sexual óptima. Estaban cómodos y eso me hizo estar cómoda a mí. Además, él se comportó fenomenal conmigo. Fue respetuoso y prudente. Estar con otro cuerpo, otra fuerza, dos manos más, una boca más y lo que él traía de serie fue divertidísimo. Ser el unicornio está francamente bien. De buen rollo y con la calma, todas las combinaciones son posibles.

Y, ¡ojo!, poco se habla del contacto físico no sexualizado. Ahora vivo sola y cuando no follo estoy a dos putas velas. Por eso cuando veo a mis amigas les pido que me abracen. Necesito contacto. Un poco de cariño. Amor de colegas. Piensa que mis mejores amigas no solo son bolleras, sino que son mis «ex». Ya hemos pasado por ese lugar desconocido y ahora simplemente nos queremos. Es decir, cuando tengas que enterrar un cadáver, me llamas. Si te vas por la pata abajo, me llamas. Y si necesitas que te coja en brazos, me llamas. Esto es difícil de hacer con amigas con las que no te has liado, por lo menos para mí. Sin embargo, me resulta muy natural follar con alguien y más adelante retomar la amistad sin rayarme. Porque esa persona me acompañará toda la vida. Me acordaré siempre de lo que tuvimos. Y la relación continúa, aunque no sea sexual. No a todos les resulta tan sencillo.

La mayoría de las personas tenemos carencias afectivas y vamos por la vida con un montón de máscaras que flipas. De ahí, que cuando opera ese milagro con alguien cueste soltar ese sentimiento. Pero hacer esto es pernicioso y perverso. Te bloqueas con un árbol que no te deja ver el bosque. Yo ahora puedo hacerlo porque opero desde el poliamor. Y no pienso volver a enamorarme sin hablar antes de este tema. No quiero engaños ni malentendidos. Vayamos de frente. Si no coincidimos en este punto, significa que no compartimos ni los mismos valores ni las mismas inquietudes. Y si no estamos en sintonía con este tema, estamos predestinados a sufrir. Sé que voy un poco adelantada en este campo, pero es que he reflexionado mucho sobre ello. ¿Y sabes qué te digo? A pesar de lo mal que lo he pasado no cambio lo que he vivido por nada del mundo. Porque ahora mismo sé qué es estar bien con una misma, amar bien y lo que se puede llegar a disfrutar con el cuerpo de una misma y el de los demás, que es de lo poco que aún nos queda gratis.

Te contaré uno de los mejores polvos de mi vida. Lo siento en mis paredes vaginales como si fuera ayer. Tenía veinte años, estaba soltera y fui a una fiesta en una discoteca superpija de la zona alta. Hacía cola en el lavabo, que conste que iba monísima con un vestido de cuello alto, negro y ajustado y unas bambas que llevaba a todas partes, y delante de mí había una chica *stud*, es un tipo de lesbiana con un

rollo más masculino y un pelín chuleta. En cuanto se liberó el primer lavabo me cogió por banda. Entramos, se hizo una raya de cocaína, se la metió y me estampó contra la pared, donde me folló en tres minutos. ¡Fue uno de los orgasmos gratuitos, inesperados y más agradables de toda mi puta vida! Le podía haber dicho que no o gritarle: «¡De qué vas!», lo he hecho muchas veces. Esa noche no lo hice y fue una suerte porque aquella chica me folló como una diosa.

Ten en cuenta que las prácticas sexuales entre mujeres son lo que otros consideran técnicas o preliminares. Es decir, en una relación lésbica la penetración se hace con las manos. Las manos son una gran herramienta. Un dildo es duro y de plástico, y no sabes muy bien dónde colocarlo, por eso no me gustan. Además, yo tengo un juego de caderas muy guay y me gusta tener las manos libres para poder hacer otras cosas.

Tengo una movida muy seria con las manos y los antebrazos. Cuando veo a alguien que me gusta es en lo primero que me fijo. También me atrae mucho ver cómo habita su cuerpo la persona en cuestión. O sea, si está conectada. Y si echo la vista atrás, veo que en mi historial hay muchas mujeres mayores. Porque a mí me atraen las personas hechas, que tienen experiencia vital. Y debo confesar que la mayoría de ellas tienen cierto aire a Julie Andrews. No te rías. Mi emocionalidad conmigo misma y con los demás está muy vinculada con las películas de esta actriz. Primero, *Mary Poppins*, que además es mi *flow* en esta vida. Luego, *Sonrisas y lágrimas*, que es mi idea de amor romántico. Yo no quiero ser madre. Yo quiero tener un ejército de niños que me necesiten de verdad con los que cantar y brincar por las montañas. Evidentemente, con Christopher Plummer al lado, que es guapísimo. Y para terminar está *Víctor o Victoria*. Ahora en serio: a mí me atraen las personas conscientes y ubicadas en la vida. Es lo más básico, pero, al mismo tiempo, lo más difícil de encontrar. ¡Qué pena!

A mí me gusta que sea el otro quien lleve la iniciativa. Digamos que me he especializado en frases lapidarias donde o te animas o te animas; es mi *modus operandi*. Eso sí, una vez en la cama soy tanto sumisa como dominante. Es un juego de póquer. Si no hay un poco de tensión, incertidumbre o riesgo puedes encontrarte en una situación de desequilibrio de poder, y eso ya me pasa en la vida, por lo tanto, en el sexo no lo quiero. Soy una persona hipersensible y mi cuerpo es hiperreactivo: un simple roce de brazos me manda a la luna de Valencia. Y morbosa soy un montón, de aquí a Lima.

El mejor regalo que alguien puede hacerme es contarme algo que me ponga. Necesito que haya narrativa, el sexo como técnica me deja fría. Recuerdo una vez que mi exnovia se puso como un basilisco. Después, como no podía dormirse, se gira y me dice: «¿Me ayudas a masturbarme?». No podía creérmelo. ¿Cómo te atreves, hija de la gran puta? Yo soy una diosa, no tu dildo masturbador. Hasta que no estuve en ese plano de autoridad, aquel era nuestro pan de cada día. Ahora me niego, sin morbo no hay tema.

A mí me van los juegos eróticos. Una vez estaba con una chica en la cama y, de repente, ella empezó a hablar con acento ruso. Evidentemente, entré al trapo enseguida. Entonces ella cogió mi mano y se la metió hasta el final. Esto es un polvo soviético de lo más divino. El placer de habitar otras vidas es increíble y da mucho juego. Eleva las prácticas sexuales a otro nivel. El juego es el elemento socializador

por antonomasia y follar así es lo más.

Dicen que las lesbianas tenemos mejor sexo que las heterosexuales porque nadie conoce mejor el cuerpo de una mujer que otra mujer, y es un poco así. Aunque creo que al final es más una cuestión de actitud que otra cosa. No se puede generalizar, pero me atrevería a decir que las mujeres, una vez han entrado en harina, están más conectadas. Para los hombres, en cambio, lo más importante es su polla. Por otro lado, estoy convencida de que se puede tener sexo heterosexual precioso, divino y buenísimo, solo hace falta establecer una relación entre iguales. Normalmente las lesbianas ya llegan con el programa aprendido: se escuchan y se satisfacen mutuamente. En general, a las mujeres les gusta dar placer. A mí lo que más me mola del sexo lésbico, si llegas a él sin bloqueos, patrones ni roles previos, es que cuenta con un campo infinito de posibilidades.

Las relaciones entre mujeres —sin tener que hacer de la práctica sexual una identidad— son más comunes de lo que la gente cree. Yo he estado con muchas mujeres que no son lesbianas. Las mujeres tenemos unas capas afectivas distintas a las de los hombres. Una mujer se puede liar con una amiga, pegar un polvo de la hostia, correrse las dos juntas, mirarse a los ojos, ver el universo en la profundidad de la otra, abrazarse, besarse y tener ese momento tan puro y tan vulnerable sin que eso signifique que tenga que pasar nada más entre ellas. A la mañana siguiente se levantan y tan amigas. Tú intenta tener un polvo intenso con un hombre y a ver qué pasa el día siguiente.

Las mujeres suelen estar en la misma onda. Ellos no acostumbran a sentir la vulnerabilidad que sentimos nosotras. Pero esta vulnerabilidad también tiene un lado positivo, porque además de unirnos es la puerta de acceso a muchas otras cosas. Algún hombre así habrá, pero ellos no suelen estar programados de este modo. El poder ancestral de las mujeres no viene de la cabeza, sino de la capacidad de crear vida, de conectarnos con el mundo desde ese lugar, y eso un hombre no lo puede hacer. Ellos no son fuente de vida. No es por hacerlos de menos, pero es así.

Estamos viviendo un momento histórico —nos hemos cargado el planeta, las relaciones, todo—, y necesitamos que los hombres den un paso atrás. Este modelo ya no funciona. ¿Por qué no probamos otras vías? Necesitamos poner en alza los valores femeninos. Necesitamos empatía, comunicación, mediación y menos testosterona. Los hombres se meten en unos follones de la hostia, cuando por dentro están cagados de miedo. Oye, que todos tenemos miedo. Es normal. Somos humanos. Chico, sácate ya ese rol de macho que todo lo sabe y todo lo puede y vivirás más tranquilo.

Creo que a las chicas heterosexuales les gustan los chicos masculinos, pero no quieren a un machito. Quieren que tengan un punto femenino, sin ser afeminados. Que sean respetuosos pero no inseguros. Que tengan autoridad pero que sean considerados. En definitiva, las mujeres buscan a un hombre que aún no existe.

Agradecimientos

Para escribir este libro necesité más apoyo, consejo, favores, cariño, paciencia y tiempo de lo que me gustaría reconocer. Estoy en deuda con muchísima gente. Este libro no hubiera sido posible sin el Kalvo, que fue mi aliado en esta aventura desde el principio. Tampoco sin mis hijos, que tuvieron y tienen muchísimo aguante conmigo, sobre todo, cuando alguien les pregunta el título del libro que ha escrito su madre. Mi sentido agradecimiento a Carmen, por creer en mí y en mi sueño desde que era una niña. También a Oriol, Jaume, Sebas, Vivi, Anna, Sergi, Marina y tantos y tantos amigos que padecieron estoicamente mis monólogos, dudas y altibajos durante el largo proceso de creación y escritura. Y gracias a la persona responsable de llevar el manuscrito hasta la orilla, María O'Shea, mi editora en Libros del K.O., por su admirable labor de edición y su entusiasmo infatigable. Trabajar con ella ha sido como ganar la lotería. Y, por último, gracias de corazón a las mujeres que se animaron a participar. No solo a las veintisiete que aparecen en el libro, sino a todas y cada una de las mujeres que entrevisté y que sin conocerme me abrieron la puerta de sus casas, de sus corazones y de sus alcobas. Sin ellas este libro no existiría.